颠覆西方医学 回归东方智慧

癌症不是病

它是一种身体的求生机制

相信身体，它天生具有内在智慧和治愈能力

转变观念，从“癌症受害者”到“健康创造者”

安德烈·莫瑞兹 著

皮海蒂 译

中南出版传媒集团·湖南人民出版社

癌症不是病

安德烈·莫瑞兹　著
皮海蒂　译

中南出版传媒集团·湖南人民出版社

特别声明

在本书中，作者安德烈·莫瑞兹对于癌症并未主张任何一种特定的治疗方式。但他相信，对于希望改善自己健康状态的读者来说，本书中的事实、数据和相关知识都是应该被大家认知的。

作者尝试对本书的主题内容提供一个深入的、正确的、完整的解释。因此，书中引用的参考数据，若有缺陷和不准确之处，作者及出版社将诚心接受您的批评和指教。

另外，本书所提及的医疗方法并不试图取代现有的主流医疗手段。书中所有的陈述都是以作者自身的见解和理论为基础的。读者在饮食、营养、用药以及采取任何其他治疗方法之前，都应向医疗执业人员咨询，并根据自己的谨慎判断做出最后决定。同样，在停止任何治疗方法之前也应如此。在本书中作者并未试图向读者提供任何医嘱或相关替代建议。

本书中涉及癌症的相关内容，未经国家医疗权威部门的审读，不代表出版单位观点。

出版社特别声明：读者在采用本书中提到的任何特定治疗手段和药方之前，应根据自己的判断酌情处理或向相关医疗人员咨询。

略性地生长。虽然这个过程通常得耗上好几年，甚至好几十年，那些被称为恶性肿瘤的物质才会在诊断时被发现。

不幸的是人们对此事有着错误的观念，对肿瘤生长背后的原因毫无所知，使得“排列错误”（Misaligned）的癌细胞转变成凶恶的怪兽，然后杀死我们，以报复我们的无知以及我们对自己身体的虐待。你将发现，癌症其实是在帮助我们，而不是伤害我们。除非我们真的改变对癌症本质的看法，否则它将会继续抗争下去，尤其是在我们使用最“先进”、最常用的治疗方法时。

找出根本问题的答案

癌症确实是身体的一种复杂生存反应，而不是一种疾病。如果你得了癌症，我建议你首先找到以下重要问题的答案：

• 你的身体为什么会出现癌细胞?

• 一旦确认了癌症形成的原因，你能够清除它们吗?

• 决定你所患癌症种类及严重程度的原因是什么?

• 如果癌症是一种生存机制，应该采取什么样的措施来防止身体为了求生而采取过于激烈的自我保护方式?

• 既然身体的原始基因设计就是为了维持生命并抵御各种灾难，为什么身体还会自我毁灭?

• 为什么大部分的癌症会在没有药物介入的状况下自行消失?

• 放射治疗、化学治疗和外科手术真能治疗癌症? 癌症幸存者是否会因为其他原因而痊愈，而非这些激烈且有不良反应的治疗方式?

• 恐惧、沮丧、自我价值观低落、受压抑后产生的愤怒等情绪，对癌症的产生及结果起了什么样的作用?

• 癌症后面的心理成长路程是什么?

要处理癌症的根本原因，你必须找到上述问题，并得到满意的解答。如果你内心渴望让这个改变生命的事件（癌症）合理化，你将从阅读本书中获得极大的利益。癌症可能是帮助你重新找回生命中所有

瘤生长等的其他原因。例如，长期的冲突、愤怒、不安和羞愧（因为压力），都十分容易使身体最基本的功能无法正常发挥，进而导致癌肿瘤的生长。因此在使用所有癌症疗方法前都应正视这些根本原因，但遗憾的是，它却常常被大多数的肿瘤医生所忽视。

过去30多年来，我接触过数以千计的癌症患者，发现其中大部分人的思考、观念和感觉都具有共性。具体而言，几乎所有的癌症患者都会因此自信心低下，因无法解决的痛苦和担忧，而倍感负担沉重。过去出现的情绪冲突和创伤，仍然在其潜意识和细胞的记忆中徘徊不去。

癌症，这种生理疾病，若不是因为强烈的情绪不安以及深层次的心理挫折，是不会在我们身体上发生的。

癌症病人通常会因为缺乏自尊心或自信心而苦不堪言，在他们的人生中通常还有所谓的“未尽事业”。癌症其实是一种可以暴露我们体内未解决隐患的方法，癌症甚至还能帮助我们与这种隐患达成和解，进而将它们治愈。

要除掉杂草，就得连根拔除。这是对待癌症的必需方法，否则癌症最后还是可能复发。

重新认识癌症的意义

本书的第一章，将从身体的角度让你深入解癌症到底是什么，以及它所代表的含义。对于癌症，你将会有一个全新的认识。这个对癌症所做的新颖且永恒不变的诠释，让新的治疗方法能够确实地把目标放在治疗引发癌症的原因上，而不是仅仅停止于处理表面的症状上。

本书的第二章和第三章分别探讨了癌症与身体、癌症与心理、癌症与精神之间的关系。为了清楚说明这些关系，我将它们做这样的分类，虽然这种分类相当武断，但用意在于强调，要想有效治疗癌症的成因，必须关注包括患者的身体、情绪以及心理健康等众多因素，漏掉其中任何一个因素，都会让可能得到完全康复的机会遭到破坏，最终导致癌症的复发（多数的药物治疗都会让癌症复发）。同时，不完整

癌的另一个新面向

◎姜淑惠　医师

据统计，全球约有 1500 万人患有癌症。在台湾，每 8 分钟就会出现一位新癌友，一年中为治疗癌症所耗费的费用约为 400 亿新台币。在美国，1900 年的癌症发生率仅为八千分之一，而到了 2008 年，已逼近二分之一，即每两个美国人当中就有一个人会得癌症，换句话说，100 年来美国的癌症发生率增长 4000 倍。

对癌症的研究虽然全世界已进行了数十年，但人类至今尚无掌握绝对有效的治疗方法。为什么？事实上，人类对癌症真相的认知，犹如盲人摸象，各执己见。虽有燃眉之急，却苦无对策。

既然这辈子与癌相逢的概率如此之高，那么面对癌症时如何能更有把握治愈它？机会当然永远是留给准备充足者的。遵循《内经・上医治未病》的防癌策略，无疑是最为明智的健康保险。累积对癌症的正确认识和了解，是预防癌症的第一步。准备工作做得愈充分，治愈的机会当然也就愈高。

在这个信息时代，各种信息在网络四处泛滥，穿透数不胜数的无用噪声，不被光怪陆离的邪知邪见误导，能为广大读者做眼目，诚为优质的出版业者独到与具慧之处。能以抉择眼，去除糟粕，取其精华，这是我乐于推荐本书的动力之一。

目录

目录

CHAPTER ONE

第一章　癌症不是病

对于癌症，你将会有一个全新的认识。新的治疗方法是把目标放在引发癌症的原因上，而不是仅仅停止于处理其表面的症状上。

数百万走在路上的行人，一点儿也不知道他们的身体里正带着癌细胞。同样，也有数以百万的人们，在毫不知情的状况下癌症症状就自然痊愈了。

最迫切的问题不是“我的癌症到了第几期或现在有多么的危急?”而是“我现在应该做什么或不该做什么，才不会让我的身体处于必须为生存而搏的状态?”

你若将癌症诠释成疾病，对你而言它就是疾病，否则，癌症对你而言将只是一种生存机制或信号，它要你去注意过去长久以来被你忽略的生命方向。

癌症不是一种病，而是身体的一种生存机制，它只在当其他保护方法失效时，才会发生。



1.“癌症”（Cancer）这个词，真能主宰你的生死？

癌症是美国人的第二大死亡成因。根据美国癌症协会（American Cancer Society）的统计，2008年约有120万美国人被诊断出癌症，超过55.2万的美国人将因此而死亡。男性排名前三名的癌症分别为：前列腺癌（180400例）、肺癌（89500例）以及结肠直肠癌（63600例）。女性排名前三名的癌症则是乳腺癌（182800例）、肺癌（74600例）及结肠直肠癌（66600例）。此外，还有数以万计无法担负健康保险就医费用的癌症病人没有接受诊断。

癌症（Cancer）不单是一个名词，还是一种状态，指的是身体细胞不正常或不寻常的行为。不过，在不同的解释中，“Cancer”也可用来指星座。当有人告诉你，你是“巨蟹座”（英文为Cancer）时，你会感到害怕吗？当然不会，因为这代表你是“巨蟹座”，而不是你有“癌症”这个症状。但如果医生在诊疗室跟你说，你有癌症，此时的你极有可能会脑袋突然一片空白，惊愕、恐惧、没有希望，所有绝望的感觉一下子全部都有了。“癌症”具有在你生命中扮演令人非常痛苦且十分危险角色的潜力，其中之一就是向你发送“死亡通知”的信息。虽然成为一个癌症病人似乎是从被诊断出癌症症状的那一刹那间开始的，其实它的成因或许是在很多年以前，当你感觉到身体不舒服时就已经开始了。

“癌症”一词，在一瞬间就可以将一个人的世界整个颠倒过来。

究竟是什么东西，赋予这个简单的词汇如此巨大的力量，让它能

复生机，并继续健康地生长。园丁看出了叶子枯萎的症状，并不是致死的疾病。他知道这些叶子的缺水状态，只是一种反应，表示植物正缺乏生存所需的养分。

这些自然界的例子相当浅显，但它却能让我们对人体内的那些非常复杂疾病进程有一个深入的了解，它明确地描述出控制着地球上所有形式生物的原则中，强而有力且基本的一项。但我们却运用对抗医学（Allopathic Medicine）这种治疗方法来控制身体的功能，妨碍并违背了这个基本的自然原则，因而为此得付出沉重代价，这就是对身体、情绪和精神等方面有着副作用的折磨和痛苦。

对于癌症是一种人类疾病的观念，我充满了高度的质疑。为此我将进一步说明癌症其实根本不是病。许多被宣判为“癌症晚期”的患者甚至完全可以获得缓解。乔治——我的第一个肾脏患者就是其中一例。他来寻求帮助之前，曾在德国一家著名大学的附属医院就医，那里的医生开出了他“还有 3 个星期时间”的诊断。依据他们的说法，他的癌症症状已经相当严重，并且已经扩散，施行任何化学治疗或放射治疗都无济于事。

3. 治疗癌症 VS 对抗癌症

乔治一年前因癌症失去了一个肾脏。在进行手术之后，医生们给他一张“健康清单”（意指他的身体变健康了）。他们用众所周知理由——“我们已经把它全部清理干净了”（We got it all）来告知乔治。这句话对乔治而言意义非同一般。毕竟，他的一个肾脏和肿瘤一起已经被清除了。数月之后，他的第二个肾脏又开始布满癌细胞，而医生这时所能给他的惟一忠告，就是让他妥善处理后事。

幸运的是，乔治现在还活得很好。由于完全背离了医生对他死亡宣判的预测，乔治觉得还有很多事可以做，至少他还可以多活几个

所有方面的关注，治愈了自己的病症。我们从乔治的经历中应该学到——唯有停止战斗才能获得真正的疗愈结果。正如我们所看到的，战斗有时会妨碍病症得到真正的治疗。

 寻找解答

不论癌症发展到何种程度，癌细胞都必须在人体内生存。如果有人成功地治愈了癌症，那一定有他的治愈方式，就像癌症的形成一定也是某种方式所导致的一样。这个星球上的所有人都有能力做到这两点。因此，当你被诊断出癌症时，或许无法改变这个诊断，但你确实可以通过自身的力量来改变这个毁灭性的结论，就像乔治一样。你接受癌症的方式，以及在诊断之后所选择的处置方法，将是决定你未来健康最有力的或最乏力的因素。（请参考第三章“揭开癌症的神秘面纱”）

提到“癌症”，无论是专家或一般民众，都会认为它是一个疾病杀手，对现今大多数的癌症患者及其家属而言，癌症是一种有着悲剧性结果的疾病。癌症变成了极度折磨、极度痛苦和死亡的同义词。**这个认知不断地延续，以致人们忽略了有近 90%～95%的癌细胞，会在出现后又自行消失的事实。**人体每天都会产生出数百万个癌细胞。有些人在短暂的极度压力下，产生出比平常更多的癌细胞，并使它们聚集成团。但当他们感觉较好时，癌细胞就会再度消失。根据医学研究，DAN 的强力抗癌物——白细胞介素 2（Interleukin Ⅱ），当身体及精神上受到压迫时，它的分泌会下降，而当人们放松或愉快时，它的分泌会增加。白细胞介素 2 的分泌低下，会增加癌症的发生率。不过，通常人们并非所有时间都处于极度压力下，因此大多数的癌细胞会自行消失，而不需任何医疗手段的介入，同时也不会造成任何真正的伤害。就在此刻，数以百万走在路上的行人，一点儿也不知道他们的身体里

法再做任何事情来帮助您了。”

最迫切的问题不是“我的癌症到了第几期或现在有多么的危急?”而是“我现在应该做什么或不该做什么，才不会让我的身体处于必须为生存而搏的状态?”为何有些人会像感冒一样安然度过癌症期?是因为他们比较幸运，还是有其他可以启动自愈的方式?阻止身体癌症自愈背后原因又是什么?它让癌症变得如此危险，难道它真的这么危险?

这些问题的答案都在癌症患者自己的身上，而不是在一个特定的癌症“恶性程度”或被诊断出来时“发展的期数”上。如果你相信癌症是一种疾病，那么你很有可能会回答:“相信”，这是数十年来医疗机构和大众传播媒灌输给我们的一个观念。但更重要却不曾被问过的问题是:“你为什么认为癌症是一种病?”你可能会回答:“因为我知道每天都有许多人因癌症而死。”“你怎么知道是癌症会导致死亡?”你或许会争辩说，“大多数患有癌症的人最后都死了，很明显地他们一定是因为癌症而死的。”除此之外，你还会有另外一个理由，那就是所有的专业医生都是这么说的。

那么我想再问你一个更奇怪的问题:“你怎么就能确定你是你父亲的儿子或女儿，而不是另外一个人的?”是因为你的母亲这么告诉你的吗?凭什么让你相信你母亲告诉你的是实情?是因为你相信她，还是你没有理由不这么去做?毕竟，她是你的母亲，母亲不会欺骗儿女。但如果她真欺骗了你呢?虽然你永远无法确定那个你认为是你父亲的人，是否就是你的父亲，但你已将你的主观意识变成了你“知道”的事实，变成了一个无法改变的真理。

没有科学证据证明癌症是一种疾病，但大多数人坚信它就是一种病，因为这是别人告诉他们必须要相信的。到目前为止，这个概念仍然只是一个以其他人的意识为基础的传闻。而这些其他人也是从另一些人那儿听到相同的“事实”而得到的。追溯到最后你就会发现，“癌症是一种病”这个“绝对正确”的概念，来自于一些回顾性文章和医学报告，由医生们把他们所观察到的主观感受和认为的客观事实总结

我们以“静默”（Silencing）这个词，来描述环境和行为调控基因的表现，以及环境转变引发癌症的过程。基因由复杂的蓝图组成，它会持续适应外部的改变和影响。

基因蓝图（Genetic Blueprints）无法造成疾病或让疾病永远存在。如果它们可以，细胞在你清除细胞核里的基因时，会立刻失去功能或死亡。

一个健康的细胞即使基因没有被显现出来，也会持续完美地存活好几个星期直到死亡。DNA 惟一的活动就是产生一个它自己的复本（RNA），且利用这个复本（基因密码）去生产许多不同的蛋白质，以提供身体无数功能和活动所需。为了了解癌症到底是什么，我们必须了解以下这个重要事实：只有通过外部环境在细胞内引起持续性的压力反应，并传递到细胞上时，蓝图（细胞的基因密码）才会以一个不正常的方式改变。

这实际上代表什么意思？身体里的每个细胞都有能力产生肾上腺素和其他的压力激素，比如当你面对一个外部或内部威胁。所谓的威胁包含像味精（MSG）等食品添加物、抗生素、类固醇药物，以及与生气中的配偶相处、面对权威人士时所产生的恐惧等。

在这些分泌压力激素的影响下，正常的细胞功能会受到损害。事实上，基因蓝图如接受到扭曲的信息，会因此改变细胞的基因行为。继而 DNA 产生的天然化学物质，像是抗癌物白细胞介素 2，和抗病毒的干扰素（Interferon）就会立即出现明显的下降趋势。如果这个威胁压力持续一段较长的时间，而不是几分钟或几小时，细胞的健康和防御能力就会受到严重的影响（这种压力是现今世界中数百万人的普遍现象）。当这种影响持续几天、几个月甚至几年之后，细胞就会无法履行它们应尽的职责了。

对抗疗法将此种细胞因长期处于压力下所表现的正常反应，称为“慢性病”。

当身体吸收了有害药物（所有的药物都有毒，并因此伤害细胞），或长时间来自负面的思考、感觉、情绪、行为等压力，以及缺乏营养

个项目是由制药公司付费的，所以这些科学家只有一个目的：他们必须实现大制药集团的期望，取得基因新的、昂贵的“突破性”治疗专利，以便因此创造更大的财富。他们当然不会提到这个被证实的生物医学事实：基因不会控制任何事。基因惟一的功能和目的是复制细胞。基因如何进行这件事，与你和你接触到的物品有非常大的关系。事实上，你身体里的所有基因是被细胞环境和周边环境影响所控制的，包括你个人的感官和信念。

 抗癌疗法的无力

以安慰剂效应（Placebo Effect）（注❶）为例。安慰剂（Placebo，源自拉丁文，意思是“我将安慰”、“我将高兴”）是如今进行每项科学研究时不可缺少的元素。安慰剂效应单纯地建立在一个人的主观感觉上。每个接受某种药物有效性的测试者，均相信这种药具有独特且无法预测的效果。一些人可能对此抱有较大的希望，对药物的效果充分的相信，因此这些人出现了比其他人更强烈的安慰剂效应。另外一些人也许受忧郁所困的原因，影响了他们对任何形式的治疗产生效果。一项研究的结果也许能“证明”一种特定药物对特定种类的癌症具有疗效，但另一个重复的研究却显示这种药可能会变得无效。由于两种情况都可能出现，所以制药公司授意接受他们资助的研究者，只刊登和宣布最有利于制药公司的发现。研究中那些没有疗效的结果，或没有比安慰剂有更多优势的部分，都从研究报告中删除了。

从制药公司交给美国食品药物管理局（Food and Drug Administration，FDA）的报告中发现，只需要证明被测试的药对一些人显示出疗效就行了。如果研究者设法招集足够多的，具有“正面反映”的参与者，就可能对药物的疗效产生好的安慰剂效应，然后他们可能中到“头奖”且产生一个“具有信赖性”的畅销的药物。这对制药者而

 统计上的骗局

与癌症相关的行业试着用统计上的“证据”，来令你相信你必须把生命交付给他们。但任何化学治疗癌症成功的案例都仅限于相对而言不常见的癌症种类，像是伯特淋巴瘤（Burkitt's lymphoma），以及绒毛膜癌（Choriocarcinoma），这些癌症出现的概率罕见到很多临床医生甚至都不曾相信。幼儿时期的白细胞过多症，只占所有癌症的2%以下，因此很难影响整体的成功率。化疗对霍奇金病（Hodgkin's disease）（淋巴瘤）所宣称的良好的治疗成绩，只是一个不成熟的谎言。被成功治疗霍奇金病的儿童，在治疗后出现第二种恶性肿瘤的概率高达18倍〔《新英格兰医学期刊》（*New England Journal of Medicine*），1996年3月21日〕。根据美国国家癌症研究院（National Cancer Institute，NCI Journal 87：10）所指出的，接受化学治疗的病人和未接受化学治疗的病人，出现白血病的概率前者是后者的14倍。骨头、关节和软组织等部位出现癌症的概率则高达6倍。但如果你的孩子患了淋巴瘤，因为上述证据你有充分的理由拒绝治疗时，那么你将会面临法律的起诉，且孩子将会从你身边被带走。其结果是：虽然只有2%～4%的癌症对化学治疗有反应，但使用化学药物来治疗大多数的病人，却变成标准治疗程序。在美国，有75%的癌症患者接受了化学治疗。

美国国会总审计局（U. S. General Accounting Office，GAO）在其癌症研究中记述：“对大多数我们检查过的癌症来说，真正的改善（存活率）比刊登出来的数据更小或被高估了。我们很难找到有更大的进步……对乳腺癌来说，虽有很小的改善但这比报道出来的还小。”

一个癌症研究更直接指出：“美国癌症协会统计的5年癌症存活率容易误导人。他们现在把不是癌症的疾病也算进去，因为现在我们能在疾病的早期阶段即诊断出来，于是虚假地显现出病人能存活比较久

施行在你身上的治疗根本原则也是一样。毕竟你的身体是由原子组成的分子所构成，而这些原子又是由次原子的粒子所组成。也就是说，是由能量和信息所组成的。在我们所认识的实体万物中，甚至没有一丝物质存在。纵使有事物会像石头一样真实且具体地出现，也没有任何事物是牢不可破的，是你的观感让它这样出现了。

你的想法只是一种能量和信息的形式，会影响其他形式的能量与信息，包括你的身体细胞。举例来说，如果你对于某件发生在你身上的事感到伤心，你的姿势就会改变，眼睛也会失去光彩。眼细胞如同身体其他部位的细胞一样，会对你的想法做出反应，就像士兵会遵守长官的命令一样。

结论就是，如果你强烈地相信你有癌症，或你十分害怕它，你就会面临它确实存在于你身体内的现实。

安慰剂效应能以两种方式运作：一是相信致命疾病的存在其实是身体的一种防御机制；一是相信药物具有治疗效益。两种方式同样有力和有效。在刹那间，你的想法和信念，将它们所包含的信息传递到你身体的每个细胞。那些构成你身体的原子、分子、基因、细胞、器官和系统的能量和信息并没有自主的能力，它们并不是坏份子，它们只会遵照命令，遵照你所表露出来的喜欢和不喜欢的态度来行事。也就是说，你相信什么，你就会成为什么。此外，你相信的事物取决于你看待或感觉事情的方式。很显然，你若将癌症诠释成疾病，它对你而言就是疾病；否则，癌症对你而言将只是一种生存机制或信号，要你去注意过去长久以来被你忽略的生命方向。

如果你相信癌症是一种疾病，你就会倾向于对抗它，无论是身体上、情绪上或精神上。如果你有坚强意志，使用的武器也强而有力，那么你就可能征服这个所谓的“敌人”，至少在短时间内是如此。在这种情况下，你会很骄傲地感觉到你已“打败”了癌症，同时你还会感激医生和你所接受的治疗药物，是他们救了你一命。如果你很虚弱，而你使用的武器也不强，你可能就会死于你所认为的恶意敌人的手上。医生会表达他的遗憾，说你的身体“对药物（武器）未产生有效的反

9. 创造原本不存在的怪兽

所有这些例子提出了一个非常重要的疑问：癌症有没有可能不是一种疾病，而是一种身体的生存机制，是设计出来清除不属于身体的那些物质的？如果是这样，支持身体以自然的力量去清除这些障碍物，不是会比用带有侵略性、毁灭性的方式来压制它们更有意义吗？大多数聪明人都会同意这个说法。当障碍消失时，身体就不再需要继续依赖像癌症这种极端的生存机制了。

有句古老谚语："欲知布丁味，亲尝便知晓"，想要知道布丁的味道，就要亲口尝尝。如果你清除了疾病的成因，疾病由此自动消失，你会理所当然地相信你一开始就没有病。让身体做出正常情况下不会做的事，一定有其原因。一旦你想要妨碍身体用正常的方式来处理疾病的成因时，身体就会别无选择地采取正确的方法，它至少可以缓和状况，并恢复身体的一些基本功能。

大多数生活在西半球的人，没有机会经历支持身体的行动所带来的自我力量增长的学习经验。如果他们生病了，他们会立刻相信身体一定是做错了什么。事实上，它是做了正确的事，它是去矫正一种它们所造成或允许的艰难状况，无论是因为已知或未知的理由。如果他们一直保持"身体让我生病"这种歪曲了真实情况的观念，最终自己就真的要去经历这些事情了。

换个角度讲，如果还有其他的人相信同样的事情，它就会变成我们生命中牢不可破的"事实"。谎言重复一百遍就是真理。不用多久，有一些人知道了这个"事实"且伴随着恐惧及担忧依此行事。他们的真理变成了一种自我实现的预言，而自然的直觉和常识早被抛到窗外去了。

在集体意识下，我们创造了一种期待疾病的异怪氛围。大多数的

药医疗体制。新的疗法肯定会面临不信任、不鼓励、不认同等结果，同时不管实际的测试结果如何，最好不要让新的疗法有任何测试的尝试。”

加州大学柏克莱和戴维斯分校杰出的研究者琼斯教授（Dr. Ardin Jones）说出了当今癌症的困境：“最实际的状况是，对于延长生命，接受治疗者生存的机会不会比不接受者要多，而且接受治疗者可能会让自己的生存时间更少。”**在分析了癌症的生存统计资料数 10 年之后，琼斯教授做了结论：“病人不接受治疗，会比之前一样好，甚至更好。”**琼斯教授这番扰人的评估并未受到反驳。其被引用的论述如下：“我的研究已证实，拒绝化疗和放疗的癌症病人，包括乳腺癌患者，实际上存活的时间比接受治疗者多了 4 倍。”

当不治疗癌症比治疗会带来更好的结果时，问题就出现了：“那为何我们的健康机构允许和鼓励，甚至强迫我们使用那些已被证明会过早杀死病人的治疗方法呢?”也许美国医药协会已经回答了这个问题。美国医药协会被指定的目标和义务之一，就是保证它的会员（内科医生）的收入。美国医药协会会员最大的收入来自于治疗癌症患者所产生的费用。一般说来，每个癌症病人价值 5 万美元。一旦不治疗癌症的某项计划在这个国家（美国）被官方认定，它就会直接威胁到美国医药协会会员的收入。这项美国医药协会的规则，实际上妨碍了对癌症治疗的推广。

在 20 世纪 60 年代的密集研究，以及数千亿美元被花在杀了数千病人的癌症治疗方法上之后，我们面临了自身生存的共同挑战。惟一一个让这个被捏造出来怪兽停止下来的合理选择，就是学习自愈的能力。其他的选择会让我们的国家倾家荡产，让我们的生存空间濒于危境，让我们陷入自我毁灭的深渊。

据《新格兰医学期刊》的独立报道，美国国会以及世界卫生组织有一些人指出现今医学机构所使用的医疗方式，85%～90%都是未经科学研究证实和支持的。这包括疾病的诊断流程以及治疗形式，不管是在医生的办公室，还是在区医院中进行的——最明显的，是化疗药物和放射线的使用。

当你的车子引擎有问题时，你会信任一个只能承诺百分之十几可以修好的技师吗？我想当然不会。你会比较倾向于把车子交给一个经验丰富的人，帮你找出造成引擎故障的原因并好好地修理它，而不是下几个草率的判断给你。受到疾病的折磨意味人类的“引擎”部分出现问题。但我们的医疗执业者并没有接受过如何处理慢性疾病根本原因的训练。他们的训练全都放在减轻痛苦，或解决身体因去处理一个不平衡状态所显现出来的症状上。解决症状，事实上抑制了身体（以及心智）去处理真正问题的企图。医疗行业已替大众洗了脑，让大众相信他们的症状是真正的疾病，而通过抑制或解决这些症状，疾病就会立刻消失。

医生无法给予我们真正的帮助，无法解答我们对健康和治愈所提的要求。大多数的医疗研究者是由大型药品制造商所雇用或赞助的，他们的主要目的在于缓解并抑制疾病的症状，而不是疾病本身。现今的健康呵护系统，或者说是疾病呵护系统，其背后主要的动机是不间断的需求或累积财富、权力和控制的贪婪。只有那些对他们的同胞有着真挚的爱心和热情的医生和健康从业者，才会真正渴望帮助人类达到健康和活力的顶端。

采用症状导向的治病方法，会产生非常多的潜在的副作用，进而需要更多的治疗。目前被选用的治疗模式并未以疾病成因为导向，所以未来势必会出现持续增加的并发症。这样就永远有足够的病人需要医疗呵护和医疗保险。只要大众继续忽略他们潜在的自愈力，这个趋势就会一直持续下去。

如同先前提到的，包括制药公司在内的医疗行业，其最大的兴趣并不在寻找真正可治疗癌症或其他慢性病的方法，因此这只会让疾病

是高度侵犯性的。标准的癌症疗法所提供的不是治疗，而是破坏。这些治疗潜在的优点不仅令人存疑，而且根据事实研究证明是不存在的。

11. 你能相信化疗吗？

前白宫新闻发言人史诺（Tony Snow）在 2008 年 7 月过世，时年 53 岁，那时他做了一系列结肠癌的化学治疗。2005 年，史诺被诊断出结肠癌，接受手术切除了结肠，并进行了 6 个月的化疗。两年之后（2007 年），史诺再次接受手术切除其腹部区域生长的肿瘤，位置就在原来发生癌症的附近。“这是一个非常容易治疗的病例，”威尔康乃尔医学院（Weil Cornell Medical College）的肠胃肿瘤科医生欧逊（Dr. Allyson Ocean）说，“许多病人接受了我们的这些疗法，在接受治疗的同时，还能够工作并享受着有质量的生活。任何认为这些疗法是死亡说法的人都错了。”

当然我们现在知道了，欧逊医生才是真正的大错特错。

媒体的头条新闻指出史诺是死于结肠癌，虽然他已经失去了结肠。很显然，这个恶性肿瘤“回来了”（从哪里？），并扩散到肝脏及体内的其他部位。事实上，结肠手术严重地限制了他正常的缓解功能，使得肝脏和组织液负载了过多的有毒废弃物。先前一系列的化学治疗使得他体内非常多的细胞发炎，并造成无法挽回的伤害，同时也损害了他的免疫系统——这一切，简直就是一个促使新的癌症生长的完美过程。现在不但无法治疗原来那个癌症的成因（除了新被创造出来的那些），而且史诺身体的肝脏和其他部位还长出了新的癌症。

主流媒体当然会坚持史诺是死于结肠癌，因此更加坚定“只有癌症会杀人，而治疗不会”的信念。似乎没有人提出这样重要的理论：对癌症病人而言，一方面全身在接受化学毒药和致命放射治疗，一方

60%，且不少于美国。相比较之下，化疗对癌症仅有23%的贡献，不能解释为何要付出巨大的治疗费用，同时要承受因治疗而造成的严重且具毒性的副作用。用这微弱的23%的成功率，将化疗当成是一种治疗方式来推销，是最大的欺诈行为之一。化学疗法平均每年为医疗业者赚进30万～100万美元，截至目前为止，推广这个伪医学（毒药）已赚进1万亿美元。据美国商业部的统计，医生用化疗、放疗、X光、外科手术、住院、看诊和麻醉，每年可以从每位病人那里获得375000美元。这对任何医生来说，都是非常诱人的。

一个病人被治愈，就意味着一座金矿从眼中消失。为此，医疗机构会想尽各种办法来维持这个骗局，这不得不令人惊讶。

1990年来自海德堡大学肿瘤医院（Tumor Clinic of the University of Heidelberg）倍受尊敬的德国流行病学家埃布尔博士（Dr. Ulrich Abel），针对之前所有对化疗药物的主要临床研究进行了详尽的调查。埃布尔博士联系了350家医学中心，请他们把所有曾发表过与化学治疗相关的数据寄给他。他也回顾并分析了数千篇刊登在最有名望医学期刊上的科学文章，埃布尔博士花了好几年的时间收集并评估数据。他对流行病学的研究为"进展性类上皮癌的化疗：关键性的回顾"（Chemotherapy of Advanced Epithelial Cancer：a critical review），他的研究成果，应该会改变每位医生和癌症病人对使用最普遍的治疗方法所带来风险的看法。在这份研究报告中，所有化疗的成功率都低得可怜的。报告同时指出，在目前的研究中，没有任何证据证明化疗方法可以"延长患有最常见器官癌症病人的生命"。

埃布尔博士指出，化疗无法改善生活质量。化疗是一片"科学的荒漠"，虽然没有科学证据证明化疗有用，但医生和病人都不愿意放弃它。主流媒体也从未报道这个非重要的研究成果。其实，这一点也不令人惊讶，因为对媒体提供大量赞助的是制药公司。美国的期刊上找不到任何一篇关于埃布尔博士的研究，虽然它在1990年就发表了。我相信这不是因为他的研究成果不重要，而是因为它无法被人反驳。

事情的真相对制药行业来说，要付出的代价太大且无法承受。如

呕吐、掉发、削弱他们的免疫系统。化疗会让病人产生致命的口腔溃疡。它通过摧毁数十亿的免疫细胞（白细胞），来攻击免疫系统。它致命的毒性让身体的每个部位都被感染。这些药物会让肠壁组织坏死。化疗最常见的副作用就是令病患者失去能量。医生给化疗病人提供很多额外的新药，往往会让他们在使用时不去注意这些药品的副作用。

记住，化疗缩小肿瘤面积的原因，是因为化疗在身体内会造成极大的破坏。

如果你有癌症，你也许会认为感到疲倦只是这个疾病的一部分。这不是实情。感到不寻常的疲倦多半是因为贫血，而这恰恰是使用化疗药物后一种常见的副作用。化疗药物会明显地降低你身体红细胞的数量，抑制600亿～1000亿个输送氧气的红细胞。你会逐渐感到身体里能量丧失，从每个细胞被摧毁开始，人还没死，但身体却死亡了。化疗造成的疲倦，对所有接受治疗的病人的活动力造成89%的负面影响。因为没有了能量，人就没了欢乐和希望，所有的身体功能也变衰弱了。

一个长期的副作用使这些病人的身体不再对营养或可加强免疫的方法有反应。这些或许能解释为何没接受任何治疗的癌症病人，比接受治疗者其缓解率高出4倍。令人难过的是，化疗无法治疗的癌症高达96%～98%。确切的证据（对大多数癌症来说）显示，化疗对存活及生活质量的正面影响并不存在。

至少可以这么说，推广化疗成为有效治疗癌症方法是一种误导。因为它会永远伤害身体的免疫系统和其他重要部位，所以化疗已成为因治疗而造成疾病的主要原因之一，如心脏病、肝病、肠道疾病、免疫系统疾病、感染、脑部病变、疼痛以及快速老化等。

在同意接受毒害之前，癌症病人需询问医生，并要求医生们提出观点或证据，证明肿瘤面积缩小，代表生命延长存活时间。如果医生告诉你，化疗是你存活的最佳机会选择，你就知道他们要么是在骗你，要么他们就是真的被误导了。如同埃布尔博士的研究报告上所显示的，在医学文献中没有办法找到任何这样的证据。

有提供观点，就不难理解为何大多数的医生相信，身体拥有自我破坏或甚至自杀的能力或倾向。他们宣称自己客观地看待问题，不迷信，认为某些细胞会突然决定失去功能，恶意地攻击身体的其他细胞和器官。基于这个全然主观和毫无事实依据的观念，医生和他的病人对于身体试着保护它自己的概念就显得很困惑。尽管这些毫无疑问的“真实”概念，都不表示身体会造成它的自我毁灭。**但如果我告诉你，癌症从未杀死过任何人，你一定会觉得非常不可思议。**

13. 癌细胞的智慧

癌细胞不是恶性疾病进程中的一部分。当癌细胞在全身“扩散”（癌症的转移）时（注❹），它们的目的或目标并不是破坏身体维生的功能，使健康的细胞被感染，从而消灭它们的主人（身体）。自我毁灭并非是任何细胞的主要目标，当然，除非它老了，或遭到了破损并准备好要再生。**癌细胞如同其他所有细胞一样，明白如果身体死了，它们也会死亡的道理。**多数医生和病人认为癌细胞试图摧毁身体，并不意味着癌细胞事实上真有这种目的或能力。一个癌肿瘤既不是造成身体逐渐毁灭的成因，也不是导致身体步入死亡的原因。癌细胞里甚至没有任何可以杀死任何东西的物质。你去问一问走在大街上的人们，知不知道癌细胞是如何杀死人的？你可能无法得到一个明确的答案。如果去问医生，同样的问题，你得到的答案应该不会更好。但你却不会听到癌症不会杀死人这个答案。

与传闻相反，最终导致一个器官衰竭或整个身体死亡的，是健康细胞组织的消耗，是持续性的养分和生命能量的遭到损失而带来的结果。供应器官细胞得以维生的养分减少或终止，不是癌肿瘤的结果，而是癌肿瘤形成的最大原因。

从定义上来说，癌细胞是正常的、健康的细胞，经过了基因突变，

细胞的环境变酸或有毒性时，原生生物就会转而变为微生物，来分解和清除身体无法自行处理的死亡细胞、有毒物质和代谢产生的废弃物。如果需要处理更多的死亡、虚弱的细胞和其他废弃物的话，原生生物就会变成病毒，甚至是真菌。

你或许知道要摆脱脚趾甲或足部的真菌有多困难。真菌会伴随死亡的有机体，如充血、半腐烂或死亡的脚趾组织的出现，尤其会迫使身体产生或吸引愈来愈多的真菌，以帮助足部无生命部分的分解。

或许你还知道，癌细胞里充满了各种微生物。对抗疗法没有真正解释它们是如何进入细胞中的，除非它们是病毒引起的。大多数的医生假设病菌来自外面，但这个假设并未被证实。甚至连创造微生物理论的巴斯德教授（Louis Pasteur）本身，都对此提出质疑。

如同贝尚和恩德莱因等杰出的科学家所提出的，这些细菌是在细胞里创造出来的，以对身体无法清除的有毒废弃物做出反应。它们也会让自己附着在其他虚弱、营养不足的细胞组织上（尤其是氧气不足的细胞），目的就是分解这些受损的、虚弱的细胞。这个细菌所进行的活动，就是广为人知的“感染”。而像癌症一样，感染并不是一种病，反而是一种复杂的由身体和微生物联合起来的行动，以避免因有毒废弃物堆积在它的组织系统、淋巴系统或血液中，造成窒息和毒害。

如果你把家中的厨房垃圾堆放在一个区域，它会吸引一大堆苍蝇和细菌，而这会产生一股腐败的气味。你当然不会怪罪苍蝇和细菌造成恶臭，它们只是试着去消化某些垃圾。同样地，那些被吸引或在不健康的细胞内产生的微生物，并不是问题的一部分，它们是解决问题的一部分。

受到感染时，如果能适当地用净化和营养的自然方式处理（注❻），就能有效地预防有氧细胞基因突变成癌细胞。癌症和感染有着共同的原始起因，因此，非常多的癌症病人在经历一次重大的感染如水痘之后，就会完全缓解，且继而发现在感染痊愈之后，他们的癌症也不见了。**根据过去100多年来所进行的150多项研究发现，自然的肿瘤复原会发生在细菌、真菌、病毒和原生生物感染之后**（注❼）。在发

再度提醒：癌症不是一种病，而是一种机制，它只在其他保护方法失效时，才会发生。

万物的每个阶层，从最小的微粒到宇宙中最复杂的星团，都有其深刻的目的和智慧。许多科学家和医生喜欢视自然是一种随机、无条理的方式，但并不表示它真的是混乱且不可预测的。癌症并不像“专家”让我们相信的那么混乱，它有很多的目的和意义，像病毒或细菌一样。病毒只会感染快要变成厌氧细胞的细胞核。因此，在癌细胞中发现病毒，无法证明就是那些病毒造成了癌症。事实上，病毒试图预防身体的死亡。它们是为了身体而生的。对虚弱、退化的细胞而言，转变它们的原生胶质成为细菌、病毒和真菌，是完全正常的。它们是为了帮助身体防止造成比有毒废弃物的累积而形成的更大伤害。

用杀死细菌的药物来抑制例如牛痘之类的感染，破坏了非常多的细菌族群。这个细菌族群是来帮助、刺激极度需要帮助的免疫系统，以清除会造成癌症的毒物。现今全世界接受疫苗的大众，他们的自然免疫力出现明显退化，现代的疫苗计划必须为此担负最大的责任。身体不再由真正的免疫力来对抗感染性疾病，而是把它交给疫苗（抗体产品不会创造免疫力）来处理。事实上，每一支疫苗都让免疫系统变得更加虚弱。

举例来说，新的疫苗据称能够预防子宫颈癌（因为人类乳突病毒或 HPV），但它仅仅把毒物移到身体其他区域。这可能会造成“敌人”已经死亡，身体已经治愈并且安全的假象。但是这根本就不可能！通过利用这种万灵丹的方法，来获得症状消失是一种短期利益，就长期而言，会造成更加严重的负面效果。这些治疗把焦点放在快速缓解症状上，事实上却妨碍了身体寻求毁灭性的微生物来协助分解并清除身体的有毒废弃物。

当有毒废弃物和细胞残骸在体内集结时，它们就会像定时炸弹一样，但大多数人不希望听到时钟的“滴答”声。他们把头埋在沙子里，希望这些问题会自动消失。当“滴答”声变得愈来愈令人紧张且恐惧时（症状），去看医生的结果只会导致这个定时装置的爆炸。炸弹仍完

过氧化自由基非常容易对氧分子产生反应。它们会使铁生锈、败坏脂肪，也可以在已被斑块阻塞的动脉中找到。很多研究人员相信自由基与癌细胞的形成有关。就像细菌一样，自由基被冠上了不公平的坏名声，自由基在地球生命的初始就存在了。为什么它们能导致现在的美国人中，每两个人就有一人得癌症？而在 100 年前，却只有 8000 人之中才有 1 人遭受同样的命运？难道自由基经过 100 年演变变得比以前更加致命，更加急切地想让我们因氧化而死？答案当然是“不”。

自由基只会使已经衰微且可能对身体造成损害的东西氧化并毁灭它。它们从来都不会攻击健康的维持生命的细胞组织，但它们会在某种东西被摧毁时变得不起作用，并在身体的生理平衡即将造成威胁的时候自然地转变。衰弱或破损的细胞，以及累积的代谢废弃物，身体的淋巴系统可以轻松地清除它们，但当它们被困在组织中而自由基没有履行它们的职责时，它们就会变得十分危险。增加自由基的活动并扩散感染性的细菌，是身体自我清扫的一个最佳选择，尤其是当身体的免疫系统已经遭到危及时。因此，无论是自由基或是细菌，都不能被认为是疾病及老化的起因。疾病事实上是一种治疗的机制，而老化是体内阻塞的结果，事实上，自由基对疾病和老化产生影响。

我们通常用医药介入来“预防”或抑制感染，使得我们的肝脏、肾脏，还有免疫、淋巴和消化系统的功效愈来愈低，导致身体的细胞组织无法免除有害、有毒的废弃物。

自由基像清洁工或拾荒者一样，会清除堵塞的废弃物和受损的衰败细胞，疼痛也扮演了治疗助手的角色。疼痛仅是一个讯号，代表身体忙于治疗反应上，包括修补受损的组织和净化自己。但通过用药物压抑疼痛，你会使身体内部的沟通及治疗机制短路，迫使它紧紧抓住自己的废弃物，最终窒息在里面。癌症就是处理这类烦人、反常情况时所产生的自然结果。

抗治疗，这也就可以解释，为何正统的癌症治疗，像化疗和放疗会遭受如此的失败。愈是使用放射疗法或激烈的抗癌疗法，癌症就会变得愈加“致命”、愈加强大，同时也就大大地降低了人们的生存机会。这就类似攻击一头狮子或水牛，你愈猛烈地攻击它们，它们就会变得愈加凶猛。就像不断地使用抗生素攻击细菌，会让它们对药物治疗产生抗体一样。其结果是造成对抗生素具有抗药性微生物的大量繁殖，它们往往是致命的。最常出现使人们的免疫系统因抗生素变得虚弱的地方，那就是医院。这让医院成为了地球上最危险的地方。

现在，P53 像一个警示系统不断传送出停止受损的细胞分裂和形成肿瘤的信息。这个强大的基因在约 80％的癌症中被改变。但癌症研究的焦点不应放在是什么种类的基因发生突变（基因以缺陷显示出来）上，而应该放在导致它突变的身体变化上。再重复一次，**基因不会没有理由地改变，只有当它们被迫适应细胞环境有害的改变时，才会这么做。**

18. 癌症：巧妙的解救任务

是什么极端的环境会导致健康细胞放弃它原本的基因设计，而停止利用氧气？答案非常简单：缺氧的环境。正常细胞会通过结合氧气和葡萄糖，来满足它们的能量需求。“细胞突变”只会在没有氧气或氧气极少的环境中发生。没有了氧气，细胞就得找到其他的方式来满足它们对能量的需求。

最有效率的选择是通过发酵获得能量。无氧细胞（癌细胞）会在大量代谢废弃物堵塞的区域茁壮成长。这些细胞能够通过发酵获取到能量，举例来说，比如代谢废弃物、乳酸等。这有点类似一只饥饿的动物吃它自己的排泄物。通过再次利用乳酸，癌细胞完成了两件事：第一，它们取得维持生存所需的能量；第二，它们把这些具有潜在危

第二章 CHAPTER TWO

癌症的物理成因

在生命的本质中，每个症状的出现都有它存在的原因，当我们采用对抗治疗方法时，通常无法找出隐藏在疾病后面的真正原因。

我们指的癌症，其实根本不是病，它只是一种免疫系统的延伸，用来帮助清除因拥挤而窒息的一群细胞。

每一种癌症发生之前，都有一个重大且持续的淋巴阻塞情况。淋巴流无法发生作用的地方，就是癌化肿瘤最先出现的地方。

癌症是细胞处于逐渐饥饿状态中的结果。当身体接收不到它原始设计所需要的东西时，癌症就会发生。

当医生让病人接受化学治疗和放射治疗时，实际上是以病患的生命来玩“俄罗斯轮盘”游戏。他们无法预测或知道他们的病人在这场战役中到底是会存活还是死亡。

皮肤癌中最危险的是黑色素瘤，通常出现在皮肤没有被太阳晒到或者晒得不够的地方。如果你有机会并有理想的保护措施，请让全身晒个够。



1. 识别癌症的起源

想要了解和找出癌症的物理成因，你首先需要抛弃“癌症是一种病”的想法。你不能一方面相信身体内在的智慧及治疗能力，另一方面却又对它心存疑惑。在前一个病例中，你从身体所做的事情中得到了鼓励，但在下一个病例中，你又被它所做的事情吓得要死。对你而言，“癌症是什么”的观点，最终决定你是会被治愈？还只是仅仅在打一场胜算不大的战争。

持有癌症是一种病的观念，你会表现出一种几乎和每个癌症患者都会有的强大力量，虽然这种信念建立在“癌症到底是什么”的错误概念之上，但它还是产生了一个对健康的偏见，从而进一步加深了癌症是疾病的观念，并试着改变以得到健康，显示身体、心理及身理各部分存在的不平衡。一个有平衡健康状态的人，是不会尝试去改变身体目前状态的。他甚至从未想过这件事。想要变得健康，需要很大的努力，而事实上可能适得其反，它会让你无法获得平衡。

治疗是一种接受、是一种允许、是一种支持，而非对抗和抵制。这是一种让疾病自然缓解的方式。是当你的身体无需全神贯注地去处理压力或感到威胁时产生的攻击和反击反应。这种反应能让身体产生极大的治疗能力。当然，任何情况出现都有值得学习的时候，包括患癌症。一个人面对和接受从癌症病人的过程中获得某些收获的愿望，会让这个“疾病”得到一个有目的、一个令人感到鼓舞甚至是令人心满意足的经验。在过去 30 年与数百个癌症病人谈话的过程中，我发现

称的疾病，它意味着你的身体不再以正常的方式运行。如同你已经开始了解到的，疾病就像死亡一样，只是一种概念的显现。疾病只是新生事物的提供者。不过它不像死亡，只要身体的形式还存在，疾病就会提供我们重新安置生命的机会。癌症只会在我们身体、情绪和精神的某个或多个部位不再存在时伤害我们。癌症会使这些麻木的、受抑制的、被阻塞的部分复苏，不管它们在本性上是实体或非实体的。这种复苏会以多种方式发生，提醒我们提高对这些生命中死亡区域的注意力。我们会逐渐地认识到，我们对身体某些部位以及整个身体，我们对自己的未来与过去，对大自然，对食物，对其他人，对地球的未来以及其他众多事物有多么的疏忽。我们也许还会开始了解我们对其他人或者我们自己有着多么深的负面情绪。我们也许会注意到，为何我们允许某些食物、饮料或药物，如止痛药、类固醇和抗生素来毒害我们强壮的身体。癌症如同警钟一样，时刻提醒我们要保护好我们的生命。铃声大到让人感到烦躁，这是件好事，因为相对于情绪上的痛苦，我们更容易去回应身体上的痛苦。

这个“疾病”（癌症），只会发生在循环通道或管腺被长时间持续阻塞时。本章单纯谈论身体内癌症的成因，虽然这也是有意义的，但我们还得去了解一下情绪和精神方面的原因。虽然这是第三章和第四章的主题。

2. 癌症的进展阶段

这本书主要是写给大众读者的，所以我会省略医疗术语和复杂的科研参考资料。我会用简单的先浅后深的表述方式来解释众多癌症是如何发展的。你将会看到癌症的各种症状和各种起因之间的联系。通过对癌症失序进展阶段的检测，我们将一起解开癌症之谜。

胞，其中有1%会损坏且发生癌化。你的免疫系统会检测这些细胞并摧毁它们。身体的“清理能力”如此有效率，使得癌细胞没有丝毫生存的机会。从某个角度上讲，每天产生这些种类繁多的癌细胞，对身体的生存而言，是完全必要的，它们确保了免疫系统能得到足够的刺激，以支持它的防御和自我净化能力的高效率和更新率。

我们会自然地产生一个疑问：为什么相同的免疫系统会避免攻击那些为了应付严重拥挤而突变的癌细胞（如下方说明）？让我换一种方式来问这个相同的问题：为什么免疫系统能分辨出这两种癌细胞，然后做出决定消灭其中一种，同时让另一种不受到伤害的决定？

这个问题值得好好回答。一般而言，我们指的癌症，其实根本不是病，它只是一种免疫系统的延伸，用来帮助清除因拥挤而窒息的一群细胞。为什么免疫系统会妨碍自身为预防特定有毒代谢物进入血液而作出的努力？从环境因素角度来看，这些癌细胞对身体来说是非常珍贵，十分有用的，因而不能限制它们，有时甚至当它们进入淋巴管，被送到身体其他部位时（注❾），免疫系统仍然会尝试让这些有用的细胞存活下来。癌细胞不会在身体中故意扩散。它们会待在同样是拥挤的、缺乏氧气的地方。

身体内的健康细胞和癌细胞周围存在着“癌症杀手”白细胞，像T细胞。举例来说，在肾癌和黑色素瘤的案例中，白细胞修补50%的癌症，因为T细胞可以轻易地辨识出是外来的还是突变的细胞组织，如癌细胞。你可以预测到这些免疫细胞会马上去攻击那些癌细胞。但免疫系统会允许癌细胞补充营养，并长成更大的肿瘤或允许在身体其他部位发展。癌细胞会生产特殊的蛋白质，让免疫细胞远离它们，并帮助它们长大。

为什么免疫系统要和癌细胞合作，产生出更多或更大的肿瘤？这是因为癌症是一种生存机制，而不是病。**身体会利用癌症，让致命的致癌物质和具有腐蚀性的代谢废弃物离开淋巴液和血液，进而远离心脏、大脑和其他重要的器官。杀死癌细胞，事实上会危及身体的生存基层。**

气就能生存的细胞），它们利用累积的代谢废弃物，运送至少能维持身体所需的热量和能量。责怪且处罚采取这种行动的细胞是非常短视的。如果探寻其背后原因，会发现这是防止氧气和其他营养到达细胞的作法。基本上阻塞有两种原因：微血管壁增厚以及淋巴管的堵塞。

阻　塞

请记住，我们正试着去追踪癌症的根源，目标从症状转到原因上。造成交通阻塞的原因，表面上是因为小客车或卡车故障了，但事实上，它却是由其他原因所导致的。像是疲劳驾驶、因使用手机而分心、超速或酒后驾车。在人体中这种阻塞有可能是因为血管壁增厚，妨碍了氧气、水分、葡萄糖和其他生命所需的营养从血液到达细胞。

血液中的营养会自然地通过血管壁进入细胞中，这种过程就是大家知道的渗透作用。在减少它珍贵的“货物”之后，血液会回到肺、肝和消化系统重新补养。有些营养，诸如水分和氧气，可自由地通过血管壁，但有些则需要通过携带或引导的形式进行。胰脏细胞产出的胰岛素，就扮演了这样的角色。当侦测到刺激，如摄取蛋白质和血液中出现葡萄糖时，胰岛素就会被释放出来。当胰岛素被胰脏注入到血液中，它就会从血液中吸收糖分（以葡萄糖的形式），并传送到肌肉、脂肪和肝细胞中，然后在这些地方转换成能量（ATP）或储存成脂肪。这个负责维持整个身体生存和健康的基础代谢过程，会因血管壁增厚而受到干扰。

为何身体会允许血管壁变厚？答案或许会让你震惊：为了让你免于心脏病、中风，或其他形式的衰败。

身体里最重要的液体是血液。它的高速和稀薄能保证身体生命的维持。如果血液变得太浓稠，整个身体，包括心脏和大脑，就会开始面临氧气不足及潜在的饥饿。在浓稠的血液中，血小板会剧增且开始黏在一起。这会让血液通过细小的微血管时变得困难，且不能供给身体细胞所需的氧气和其他养分。如果脑细胞、神经组织或心脏细胞被切断了氧气和养分的供应，就会造成各种急性和慢性的疾患，包括心

直肠癌。根据《救命饮食》一书及其他在过去 60 年来倍受尊重的癌症研究显示，如果完全避免摄入所有的动物性蛋白质，则不太可能患有癌症。

其他的研究也发现，吃肉与患膀胱癌、乳腺癌、子宫颈癌、子宫内膜癌、食道癌、神经胶质瘤（Glioma）、肾脏癌、肝癌、肺癌、口腔癌、卵巢癌、胰脏癌和前列腺癌有关。另一方面，非常多的研究指出，蔬果饮食有预防癌症的作用，包括最近在《美国医学期刊》和《内科医学总览》的研究成果也有同样结论（注⓮）。

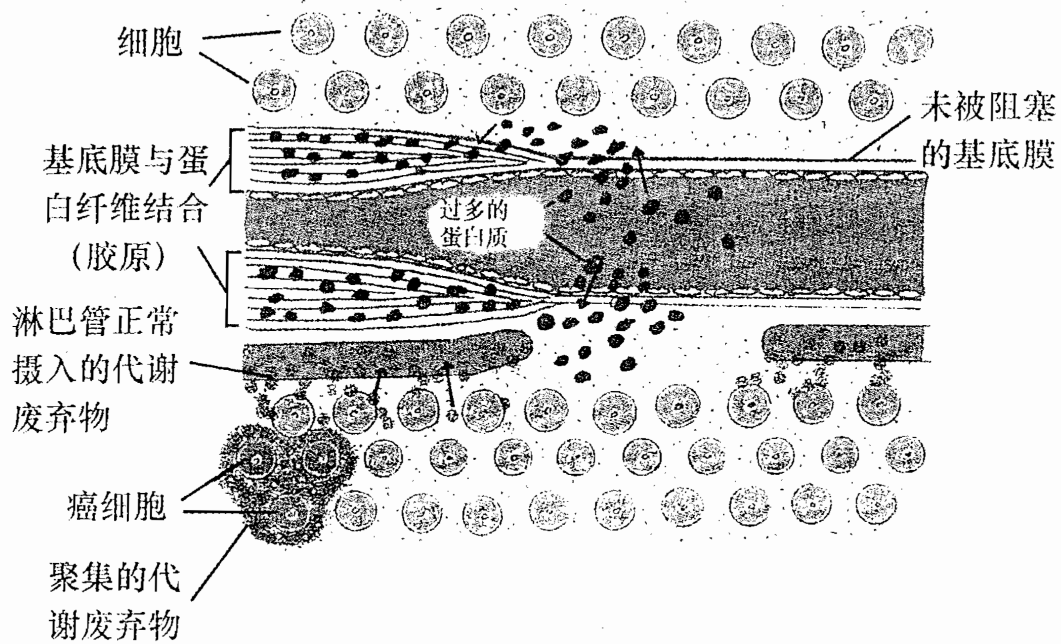
美国国家卫生研究所（NIH）从事饮食研究的人员建议，肉类含有非常多的致癌物质，包括在烹调或加工过程中形成的（例如杂环族化合物、亚硝胺）。他们也注意到，肉类含有其他潜在的致癌物，包含血基质铁（Heme Iron，在肉类中发现的铁的形式）、硝酸化合物和亚硝酸盐、饱和脂肪、抗生素、生长激素及盐。所有这些物质被发现会影响激素的代谢、增加细胞的繁殖、损坏 DNA、促进类胰岛素的生长激素、增加自由基对细胞的伤害等，而所有这些都会导致癌症。

当你吃肉时会发生什么事?

最容易使血液浓稠的因素是蛋白质，尤其是动物性蛋白质。让我们假设你吃一块中份的牛排、鸡排或鱼排，与肉食性动物如狮子或狼相较，你的胃只能产出约二十分之一的氯化氢酸（Hydrochloric Acid）来消化肉中的浓缩蛋白质。此外，猫科动物或狼体内的氯化氢酸浓度至少比人类高 5 倍。猫科动物或狼可以轻易地吃掉且消化鸡骨头，但人类却不行。因此，大多数动物性蛋白质会在未被消化的情形下进入小肠，不是腐败（80%），就是进入血液中（20%）。

肝脏能分解一些被吸收的蛋白质，形成尿素或尿酸等废弃物。这些废弃物通过肾脏，与尿液一同排出。在日常摄取动物性蛋白质，包括肉、禽肉、鱼、蛋、奶酪和牛奶时，肝脏的胆管中会形成愈来愈多的肝内结石，这就大大地降低了肝脏分解这些蛋白质的能力。

微血管壁增厚



动脉硬化

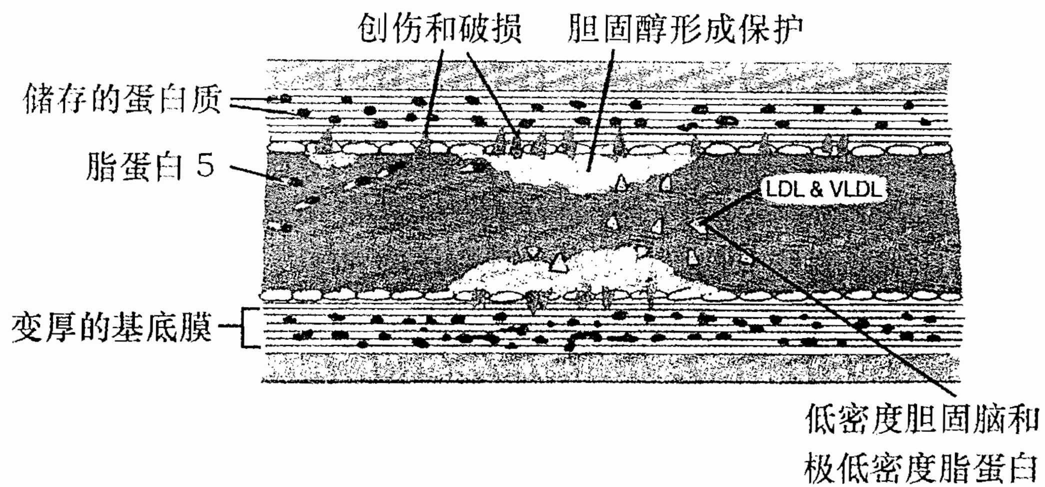


图 1　癌症和心脏病有相同的起因

积在微血管和动脉的基底膜（注⑮）上，让组成血管的细胞受损且发炎。为了处理这些破坏和损伤，身体会使一些包括胆固醇在内的保护性斑块附着于动脉壁的内部，以预防具危险性的血块跑进血流中，引发心脏病或中风。另一方面，小静脉和静脉则永远不会有斑块，因为它们的基底膜不会接触到具有伤害性的蛋白质。因为这个原因，心脏外科手术能够从腿部打开静脉，然后把它们当成动脉阻塞时的另条通道。一旦把静脉拿来代替冠状动脉，它就会接触到过量的蛋白质，结果就会开始在它的内壁形成保护性的斑块。

含胆固醇的斑块有很坏的名声，因为并不是很多医生都知道它真正的目的。如果有更多人知道这个“坏”胆固醇（LDL）会预防阻塞的动脉壁流血，以及可能形成危及生命的血块，我们可能就会知道“坏”的胆固醇是救命的胆固醇。可以询问你的医生，为何“坏”胆固醇只会附着在动脉上而不会在静脉上，虽然它在动脉和静脉的血液中都会出现。你会激发他的好奇心，去思考为何胆固醇会有这种行为，他也许会发现胆固醇在这里并不是敌人。事实上，人体利用低密度胆固醇来治疗所有的创伤，包括内部和外部的。低密度胆固醇是真正的救星。

我谈到因心脏病和癌症而硬化的动脉，根本不是疾病，或说得更明确一点，是种生存机制。它们拥有两个共通因素：血管壁拥塞及淋巴阻塞。因为心脏细胞不会癌化，一旦它们被剥夺了氧气一段时间，它们就会因为酸中毒而死亡或停止运作。我们说这是心脏病发作。事实上并没有任何“发作”，而是缺乏氧气。在身体其他部位，类似缺乏氧气的环境会造成某些细胞能够继续生存，不过它们必须转变成癌细胞。换句话说，癌症组织会在身体的循环系统（包括血液和淋巴管）长时间拥塞的情形下发生。

致命的反式脂肪

蛋白质并不是发生阻塞而造成癌症的惟一原因。特定的脂肪会让自己附着在细胞膜中，比如人们所知的反式脂肪酸或反式脂肪，使得细胞无法接收足够的氧气、葡萄糖，甚至是水分。缺乏氧气和水分的

消化。自由基，这个身体天然的清道夫，试着摆脱附着在细胞膜中的脂肪“坏蛋”，当自由基消化这些有害的脂肪时，它们同时伤害了细胞膜，人们认为这是造成身体老化和退化性疾病的主要原因。

研究人员指出，在 100 位摄取了大量多元饱和脂肪的人当中，78 位表现出提前老化的疾病征兆，他们看起来比其他同年人要老得多。相反地，在一个最近的研究中，研究饮食中的脂肪与得阿尔兹海默症之间的关系，研究人员很惊讶地发现，天然、健康的脂肪实际上能降低高达 80%得阿尔兹海默症的危险。这个研究也显示，得阿尔兹海默症比例最低的组别，每天吃大约 38 克的健康脂肪，而比例最高的组别，每天只吃 19 克。

被不正常自由基活动损害的细胞，无法适当地再繁殖，而这可能削弱最重要的身体功能，包括免疫、消化、神经和内分泌系统。自从多元饱和脂肪被大规模带进人的生活后，退化性疾病就急剧地增加了，皮肤癌就是其中之一。事实上，多元饱和脂肪甚至会让阳光变得“危险”，但如果食物没有被当代的食品行业改变或操纵，也就不会发生这种事情。当多元饱和脂肪从它们的天然食物清除时，它们需要被精炼、脱臭，甚至氢化，全看它们是使用何种食物来制造的。在这个过程中，部分多元饱和脂肪历经了化学变化，让它们变成反式脂肪，通常指的是“氢化植物油”。人造奶油含有高达 54%的反式脂肪，而典型的植物酥油则有 58%的反式脂肪。

你可以从食物的营养标签中了解氢化植物油。大多数的加工食品都有它们的踪影，包括面包、土豆片、薯片、甜甜圈、薄饼、饼干、糕点，几乎所有的烘焙食品、蛋糕和冷冻面团、烘焙粉、冷冻食品、酱料、冷冻蔬菜和早餐谷片。几乎所有加工、精制、腌渍、非新鲜的食物，都含有反式脂肪。它们抑制了细胞利用氧气的能力，而那是燃烧食物变成二氧化碳和水时所必需的。当然，细胞完成代谢过程的天性，就可能让它们癌化。

反式脂肪也会增加血小板的黏性，让血液变得浓稠。这会增加血块形成的机会和脂肪的堆积，导致心脏病。哈佛医学院的研究人员研究了

地退化。”——亨德立克博士（Dr. Wendell Hendricks），亨德立克研究基金会（Hendricks Research Foundation）

• “极度缺乏氧气，身体就会生病，而如果这种状态一直持续，就会死亡。我怀疑有人会对这个说法提出争论。”——孟兹博士（Dr. John Muntz），营养学家

“呼吸最多空气者活得最久。”——布朗宁（Elizabeth Barrett Browning）

淋巴的拥塞

淋巴液是什么？它在人体中为何如此重要？淋巴液源于血浆，它与所有其他种类的血液物质在一起，如氧气、葡萄糖、矿物质、维生素、激素、蛋白质，以及抗体和白细胞。血浆通过微血管壁与细胞周围的组织液混合，组织液又称细胞间液、组织间质液或结缔组织。细胞从组织液中带走营养，也将代谢后的废弃物释入组织液中。大约有90%的组织液回到血流中，再次变成血浆。剩下10%的组织液就形成所谓的淋巴液。清除二氧化碳之外，淋巴液含有所有细胞代谢后的废弃物，例如病原体、未被处理的蛋白质及癌细胞。淋巴微血管带走淋巴液，并清除这个“垃圾”，因此能防止细胞的窒息和损伤。

细胞滋养、健康和功效的程度，取决于组织液中的废弃物被清除的速度和程度。大多数的细胞废弃物无法直接进入血液中排泄掉，因此它们必须在组织液中聚集，直至淋巴系统来把它们带走。淋巴管带着这个潜在的有害物质到淋巴结内过滤并解毒。淋巴结策略性地分布在全身，也可清除一些组织液。这样能防止身体肿胀和体重过重。

淋巴系统的主要功能之一，是让组织液中不出现造成疾病的有毒物质，这是让我们得以健康的最大原因。但只有极少的医生会在跟他们的病人谈到令他们痛苦的疾病时，提到这件事。

实际上，每一种癌症发生之前，都有一个重大且持续的淋巴阻塞情况。**淋巴流最无法作用的地方，就是癌化肿瘤会最先出现的地方。**如果身体中有更多区域被这种方式影响，癌症就会在多处发展。淋巴

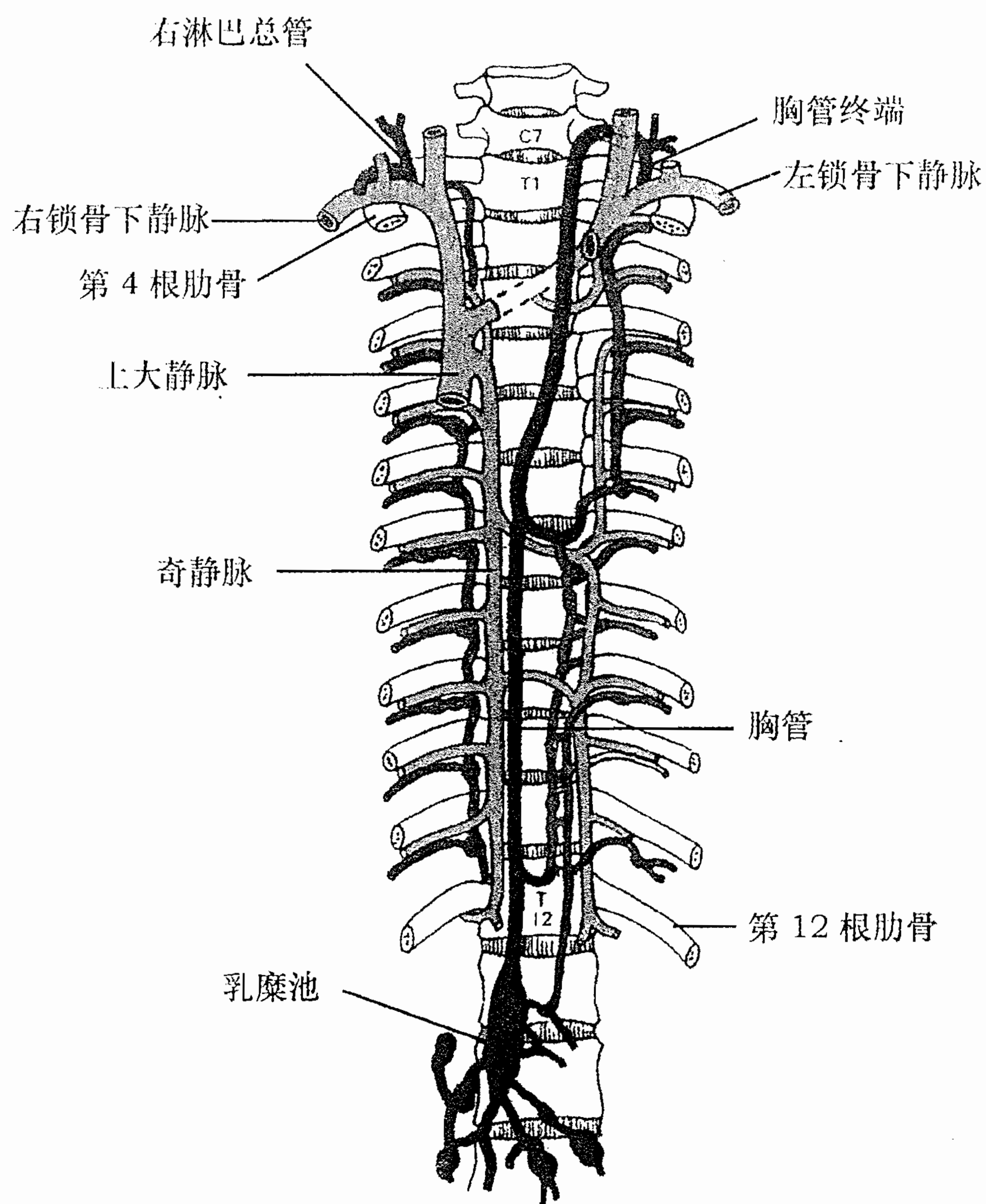

右淋巴总管
胸管终端
左锁骨下静脉
右锁骨下静脉
第 4 根肋骨
上大静脉
奇静脉
胸管
第 12 根肋骨
乳糜池
C7
T1
T
12

图 2　乳糜池及胸管

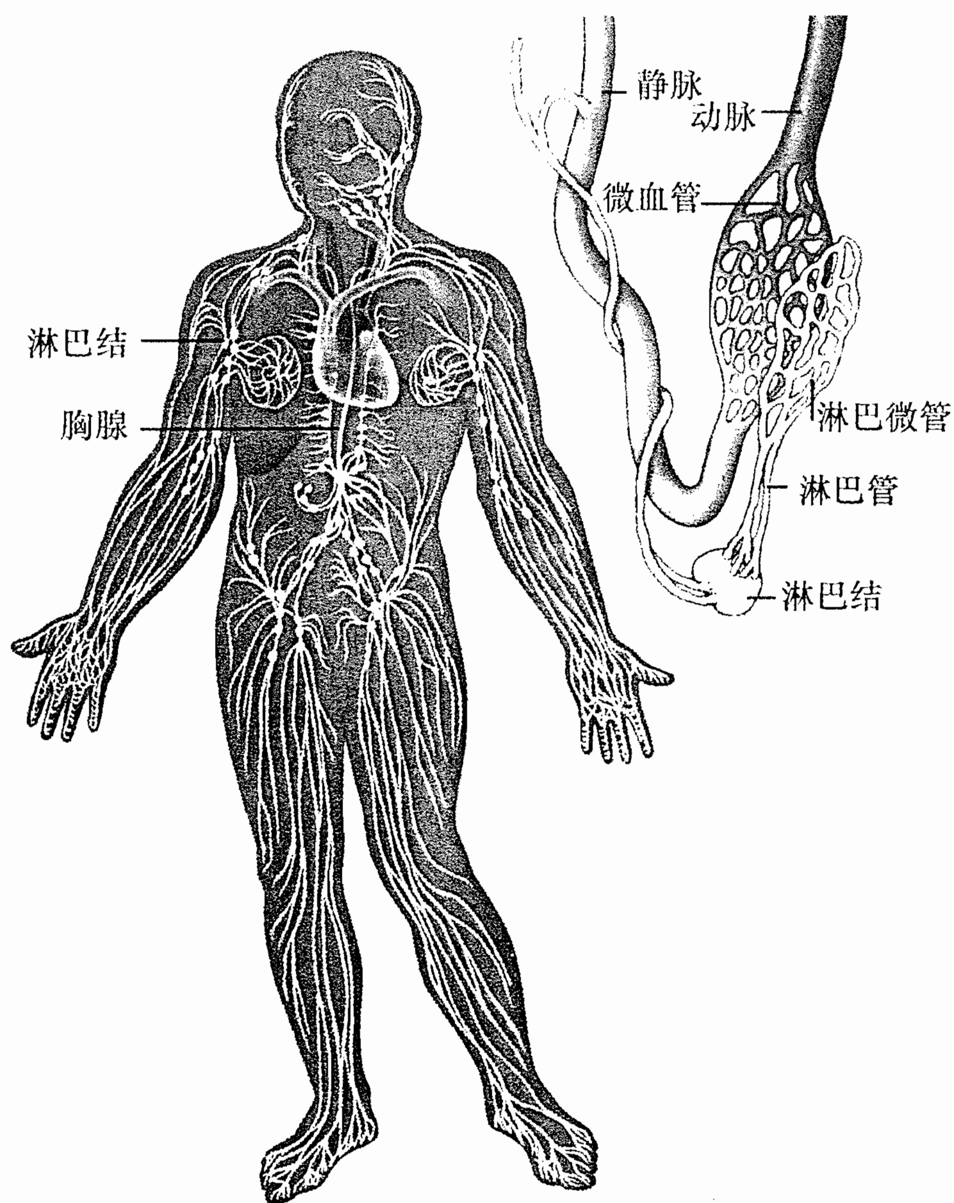


图 3　淋巴系统及淋巴结

如果你家下水道的主要管线阻塞了，所有较小的管线，包括厕所、水槽、淋浴间和浴缸的管线也都会阻塞，而导致淹水。美国肥胖的流行绝大部分是源于阻塞的淋巴系统（虽然最终不是因为它而导致），使得身体的废弃物无法排出。

淋巴的阻塞，在绝大多数的案例中，源头是拥塞的肝脏，以及有害的饮食和生活方式。最终结果，会造成淋巴瘤或淋巴癌，而最常见的形式就是霍奇金症。

当血液及淋巴不受阻碍且正常流动时，疾病就会自然消失。循环及淋巴系统方面的问题，都可以通过过净化肝脏及遵守均衡的饮食和生活方式来改善。

慢性消化问题

一个人在经历慢性的淋巴拥塞之前，一定会出现长时间的消化问题。未被适当消化的食物成了致癌物——有毒物质繁殖的温床。

在我们的消化系统的消化道中存在四个主要的活动：摄取、消化、吸收和排泄。消化道始于口腔，通过胸部、腹部、骨盆腔，最后是肛门。当食物被摄取时，一连串的消化程序就会开始运作。它包括透过磨碎（咀嚼）食物的物理分解和透过发酵食物的化学分解。这些酶会出现在消化系统腺体产生的分泌物中。

酶是微小的化学物质，可以在自身不改变的情形下，形成或加速其他物质的化学变化。消化酶存在于嘴部唾腺的唾液、胃的胃液、小肠的肠液、胰脏的胰脏液，以及肝脏的胆汁中。有一点非常重要的是，消化和代谢的酶（只有那些身体自己生产的）在身体内具有最强大的抗癌功效。这些酶生产不足，会对细胞健康直接造成有害的影响，而且会导致身体任意一处癌细胞的生长。

吸收，是指微小的食物经消化后的营养分子通过肠壁进入血液和淋巴管中，再运送到身体的细胞中。大肠会排泄任何未能被消化及吸收的食物残渣，这些残渣也包含了运送被分解的红细胞和其他有害物质的胆汁。此外，三分之一的排泄废弃物包含肠道细菌。大肠天天清

的紧急手段以求生存。当然，很多痛苦的细胞无法在“饥荒”中生存而会死亡。但其他更多快速恢复精力的细胞，则会通过细胞突变的方式来适应改变的环境，而且会从被阻塞的有毒代谢废弃物中，或从其他细胞那里攫取东西来喂养自己。虽然事实上这样的生存反应，帮助身体避免因为可能的败血症及器官衰竭而立即死亡，但我们却将它贴上“疾病”的标签。在细胞突变的案例中，这个标签就是癌症。

清除肝脏和胆囊中累积的结石，可帮助止血、平衡体重，这是身体自愈的先决条件。肝脏的净化，也是你所能实行的最佳预防措施，它能保护你在未来不生病。

3. 非自然的食物和饮料

在美国，食品工业生产超过 4 万种不同的食品，但绝大多数都没有或只有非常有限的营养价值。高度处理、精制、被“改善”的、提高营养、防腐、加味、预先烹调、基因改造、充气的（Gassed）、辐射、微波加热，以及经过其他形式改变的食物，同样会饿死人类的细胞。

癌症是细胞处于逐渐饥饿状态中的结果。当身体接收不到它原始设计所需要的东西时，癌症就会发生。为了生存，以及预防器官因严重的缺乏营养和能量耗尽而立即崩溃，细胞核别无选择，只好突变并开始用无氧的方式进行运作。

一个厌氧细胞就像是一个生病的无家可归的人一样，被社会边缘化了，生活在所有成员留下的、被分解的、有毒的食物垃圾中。**典型的现代饮食，其营养价值就像无用的垃圾，举例来说，炸薯条或土豆片就是。**虽然大家知道它们含有致癌脂肪和有害的食品添加物、防腐剂，但数以百万的美国儿童和成人仍日复一日地大量食用它们。

可以做个实验：下次你在麦当劳或类似的快餐店点薯条时，带一些回家，把它们放在一个开放的空间中。你将会发现，它们不会分解

最佳的运作条件所必要的微量元素全都消失殆尽。基本上讲，微波烹调的食物其营养等同于一张硬纸板。如果你不想变得营养不良（*那是癌症的主要原因*），你最好把这个设备从你的厨房里丢掉。它的辐射线会累积在厨房的家具中，使它们变成辐射的来源。

利用微波来烹煮食物，导致淋巴疾病，让身体无法对抗癌症。**研究发现，吃微波的餐点者，其血液中癌细胞形成的概率会增加，俄国的研究也指出，它会增加胃肠癌的发生率，出现更多的消化及排泄问题，以及较高比例的细胞肿瘤，包括肉瘤。**

俄国人对微波炉做的研究，比世界上其他国家做得还多。相反地，在美国，微波炉被引入大众的生活中，却没有任何关于其安全性的研究。它们现在被运用在超过95%的家庭和许多的餐馆中。

幸运地，用微波来烹调、使用移动电话和其他的无线设备，现在愈来愈被人们意识到会造成癌症和脑部的损伤。（*请见后述"移动电话及其他无线设备"*）。

由政府设立的健康机构，应该要让人们远离有害的生活方式，但他们在有意或无意当中，允许致命的药物和科技技术成为大规模的消费品。有多少人曾询问FDA为何允许基因工程的芥花油席卷美国食物行业和餐厅行业，却没有事先进行检测？公共记录显示FDA知道加拿大的研究，食用芥花油的老鼠会得致命的脑瘤。但当局却不想放弃核准芥花油所带来的数百万"执照费"。此外，像是阿斯巴甜、蔗糖素和味精（MSG），隐藏在这个国家大多数最热卖的食物和饮料中，都是因为有FDA的核准。这些毒物会比海洛因、咖啡因和尼古丁更容易让人上瘾。它们让其"受害者"几乎无法避免地过量食用。它们对人体产生的灾难性效应是非常明确的，且FDA、疾病预防和控制中心（Disease Control and Prevention，CDC）和食品行业多年前就已知道了。

食品行业只有一个目的：让人们消耗更多的食物。由于把这些会令人上瘾的毒药加入到最受欢迎的食物和饮料中，食品行业就创造了一个社群，在这里它主要成员的饮食习惯将失去控制。有75%的人口体重超标或肥胖，整个美国社会有很大的比例受"肿瘤"所苦，同时

从身体的其他细胞中被分开。这些被疏远的细胞是真正“无家可归”的细胞，它们看起来似乎失去了控制，所以医生们用致命的武器，或毒或切或烧，来攻击它们。他们的目的是把它们全部清除干净，但他们并不明白攻击癌细胞会对周围细胞群带来严重后果。那些明白事理的伤害者，会感觉到为了杀死那些造成问题的细胞，他们必须冒险。

当医生让病人接受化学治疗和放射治疗时，实际上是以病人的生命来玩“俄罗斯轮盘”游戏。他们无法预测或知道他们的病人在这场游戏中到底会存活还是死亡。一位名为迪米崔斯（Dimitris）的希腊医生在美国学习并行医数年，在回到他的国家之前，他来塞普路斯拜访我，看我是否能为他的晚期肝癌做点什么。在接下来的 6 个月，他处理并清除了所有可能造成他癌症的根本原因。不久，他的肝肿瘤从一个鸡蛋大的尺寸缩小成一个非常小的圆点。一天，他的前同事劝他接受经由 FDA 所核准的、最新、最强大的化学治疗。迪米崔斯相信，杀死最后的一点癌细胞可以保证让癌细胞不再回来，所以他飞到美国去接受治疗。3 天之后，他回到希腊，躺在棺木里。他是因为药物的毒性而死的。我曾警告他，当他的身体进入一个快速治愈的模式时，用有毒的药物终止这个过程将会致命。在治疗期间，身体对化学毒物的脆弱程度是它在保护模式下的好几倍，在这个案例中，它是以成长的癌肿瘤来呈现的。我亲眼目睹了在其他癌症病人身上同样的现象，他们也同样受到“终结”最后一点癌症的诱惑。他们错误的决定，却变成致命的抉择。

对身体而言，在让它试着治疗自己的同时，还要让它对抗毒物，这是非常困难的。通过化疗药物或放射线来摧毁癌细胞的过程，伤害了健康的细胞，势必产生新的更具侵略性的癌细胞。惟一真正从癌症中生存的机会，是倚赖病人所能聚集到的支持力量，来增强身体的自愈力。

将癌症当成疾病来治疗的方法，不只充满了危险以及不必要的痛苦，也没有把重点放在根本的饮食议题上。让我们的孩子及自己吃非

的。它是从塑料而来的分子，如果把人造奶油放在一个温暖、黑暗、潮湿、细菌易于滋生的环境，你会发现这些细菌根本不会理睬它。它们把它当成非天然的产品，就如同它是真正的塑料一样。

数百万年来，人体依赖生长在他们周围的天然食物维生，如果你相信人类可以突然学会在大量进入我们市场及杂货店的新式及加工过的食物中继续存活，那可就是个大的误会了。我们甚至不知道一个食物，像是玉米、大豆产品、马铃薯或人造的（基因工程）是否是真的食物。大多数生产的食品含有一些基因改造的食物。事实上，不是自然生长的食物，根本不能算是食物。身体无法辨认人造食物，无法把它与真正的食物特征联想在一起。人造食物无法滋养身体的细胞，取而代之的是慢慢地累积在器官及组织中，让细胞饿死。因此，只给身体吃人造食物，是会导致身体死亡。采取典型美式饮食，包括红肉、油炸食物、全脂食品、精制谷物和甜点，事实上等同于在无意地自杀。

在一个观察性的研究中，研究人员观察了超过1000位治疗过第三期结肠癌的病人，其饮食方式和结肠癌复发率之间的关系。研究人员发现，那些遵照典型美式饮食的人，他们结肠癌的复发率是遵照大量素食饮食者的3倍，其死亡率也较高。这个研究刊登在《美国医疗学会期刊》（*Journal of the American Medical Association*）上。它是第一个指出饮食对结肠癌生存者复发率影响的研究。研究人员说，结果强烈地证明饮食中主要包含红肉和处理过的肉类、炸薯条、精制谷物及甜食和点心，会增加癌症复发风险，以及降低存活率。

某些食物可以对抗典型美式饮食的致癌影响。一项日本名古屋大学（Nagaya University）的研究显示，紫玉米（Purple Corn）中的色素，可以阻止结肠癌的发展。研究人员将动物分成两组：一组接受混合食物，其中含有在烧焦的烤肉和鱼肉里发现的天然致癌物质；另一组则另外再接受5%紫玉米的色素。前者有85%得了结肠癌，后者只有40%。其他研究也显示紫玉米能够预防肥胖和糖尿病。

头部发现的同种脑瘤。根据国家癌症协会的报告，恶性神经胶质瘤是最常见的脑部肿瘤，病例占每年美国诊断出来的 18000 个肿瘤案例的一半以上。

• 长时间使用移动电话可能会损害男性使用者的精子，俄亥俄州凯斯西储大学（Case Western Reserve University）的克里夫兰医学院（Cleveland Clinic Lerner College of Medicine）的研究指出。这项发现是由一个针对美国 51000 位男性健康专业人员所做的持续进行的研究。

• 每天使用移动电话 2～3 次的孕妇，可能生出细胞功能有缺陷的宝宝。而暴露在手机无线电波的小孩，也会出现严重的生长问题。

传媒业是世上最大且最有利可图的行业，甚至比石油更甚。几乎每个著名的公司，都被 5～6 个媒体经营、持有或深深地影响。手机是其中很大的一部分。任何尝试去责备移动电话造成世界上癌症急遽增加的言论，是可笑且会受排挤的，这就像不久前烟草行业的情形一样。有些人非得要等到最后有明确的“证据”证明无线电波会导致癌症，才肯放弃他们钟爱的移动电话。有些人持续使用它们，就如同很多持续抽烟的人，虽然已经知道日后的危险。决定该如何做，视个人而定。以我个人来说，这是毋庸置疑的。我从远处侦测到有害的能量，而当它们靠近我身边时，我往往能确定那就是手机造成的。我很少使用移动电话，如果一定要用，则会限制在 1～2 分钟之内。我从未对它们感到舒服过，即使在指出它们有害之前。

另一方面，美国某些州和欧洲国家禁止在开车时使用移动电话。在英国，不仅禁止开车时使用移动电话，还将立新法禁止免持听筒的使用。政府机构发现，使用移动电话使驾驶员失去判断能力，增加出现意外的风险。这种失去判断力的情形会持续到使用后 10 分钟。相比较之下，在车内与其他人交谈，就不会有如此不利的影响。这或许显示，并非是交谈（使用汽车免持听筒）干扰了注意力、行动和专注力，而是大脑接触到有害的射线。即使这些射线距离你 2～3 英尺，你仍会接触到。另一个解释是，当你与一个不是实际存在的人讲话，你的大

5. 电磁波与重金属的关系

1993 年，移动电话行业和美国政府给了美国知名研究员卡洛博士（Dr. George Louis Carlo）一笔 2800 万美元的研究经费，研究手机和所有他们关心的议题之间的关系。对业者极为有利且让他们大大松一口气的是，初期三年的研究结果显示，使用移动电话是没问题的。1999 年卡洛博士获得了更多显著的证据，指出它会造成 DNA 突变、眼癌和脑肿瘤的风险。

发现移动电话会造成包括癌症的严重疾病之后，卡洛博士得出一个理论，指出低频的移动电话讯号会干扰正常细胞功能。他发现，细胞暴露在移动电话的放射线下，会让它们进入一种保护和防御的模式，类似“打或跑反应”期间会发生的——那会妨碍养分和废弃物通过细胞膜。无法吸收营养会削弱、损害甚至杀死细胞，同时无法把废弃物移出细胞，造成毒物的累积。这项发现让卡洛博士相信，在大量增加使用无线科技和引人注目的自闭症案例增加之间，必然有密切的关系。他假设，小孩暴露在电磁波中，将无法处理由空气、食物和水中摄入的重金属，结果会在他们的组织中累积，如果刚好是在脑部组织中，就会造成神经性的伤害，包括自闭症。在老年人身上，重金属在脑部的累积会造成 DNA 的损害、多发性硬化症以及阿尔兹海默症。汞只要十亿分之一的量，就具有毒性。这个浓度就像在一个游泳池中放 1 克盐。

汞和其他重金属，例如铅，与自闭症等神经性疾病有关，这已是非常确定的事实。2003 年，《国际毒物期刊》（*International Journal of Toxicology*）发布了一项研究，指出自闭症婴儿的头发所含的汞和其他重金属，明显比较少。自闭症婴儿无法经由头发和身体其他天生的废弃物排除途径（头发是含有多余蛋白质和矿物质的废弃物）排泄

包括心脏病、中风、糖尿病、呼吸问题和肺部感染。

美国人的祖先使用浓盐水来保存食物并杀死细菌。而以盐水来清除口腔细菌同样可使牙龈不受感染。数以百万的人都用温盐水漱口，来缓解嘴部的脓疮和牙龈脓肿等。显然，温盐水有助于把有毒液体从牙龈组织中清除，因而减少肿胀、减轻疼痛，并杀死有害的细菌。这让牙龈获得治疗，且维持牙齿的健康。如果使用灌注设备，则温盐水能到达所有牙龈沟隙和牙周囊袋，而这对治疗牙周病和蛀牙是十分重要的。

每天用盐水漱口或冲洗数次，已足够预防并治疗牙周病了。对于比较严重的牙周病，你也可以用一种名为 Sanguinary 的草本萃取物，几世纪以来它已被原住民用来当成口腔清洁剂。

牙周病显示了人体内大量毒物的出现，尤其是始于口腔、终于肛门的消化道。除了上述的漱口方法，找出背后的原因也很重要，那就是不良饮食、缺水、生活不规律、阻塞的肝和肠道，以及情绪压力。

太阳能钛牙刷

我个人使用一种太阳能牙刷来清洁牙齿。这种太阳能牙刷有一个专利设计，经过科学和临床的证实，可显著减少牙菌斑，效果比你平常使用的牙刷还好，且不须使用牙膏或牙线。这种牙刷的特色是一个钛氧化物（TiO_2）的金属杆，对光线很敏感。它创造了一个自然的离子化学反应，把牙菌斑从牙齿珐琅质上分离，并利用离子的自然吸引力，清除烟草、咖啡和其他污垢。你也许知道负离子空气净化器也会产生离子。牙菌斑包含了带有正电荷（正离子）的微粒。当钛刷头产生光线作用时，它会创造出负离子来吸引正离子，就像磁铁一样。于是牙菌斑会从你的牙齿分离并脱落，当你漱口时，它就会被洗掉。其他的污垢也会以相同的方式被清除。

在加拿大和日本已有四个不同的牙科大学，做了四个临床测试，他们都发现使用这种太阳能牙刷的人其牙菌斑比起其他使用一般牙刷的人明显减少。这个研究同时显示了牙龈炎的改善。

生率较高。他们得皮肤癌的比例也较高。苏格兰东北部的奥克兰和东部的希德兰群岛，黑色素瘤（皮肤癌）的发生率是地中海群岛地区的10倍。

已知紫外线能启动一种称为“Solitrol”的皮肤激素。Solitrol影响我们的免疫系统，以及许多我们身体的调控中心，而且和松果体激素——褪黑激素一起改变了情绪和日常的生理节奏。我们红细胞内的血红素需要紫外线来结合所有细胞功能所需的氧气，因此缺乏阳光几乎成为所有疾病的原因，包括皮肤癌和其他形式的癌症。使用阳光保护产品，只会保护数十亿美元的防晒产品和癌症行业，而不是你的皮肤或你的人生。想想下面这些经由科学证明的重要事实：

紫外线的功效

- 改善心电图的读数。
- 降低血压和保持心跳速率。
- 在需要时帮助心脏输出（与保持心率不相违背）。
- 在必要时降低胆固醇。
- 增加葡萄糖在肝脏中的储存。
- 平衡血糖。
- 增加能量、耐受力和肌肉强度。
- 促进身体对感染的抵抗力，因为淋巴球和噬菌细胞指数的增加（病人血液中每个白细胞平均消化的细菌量）。
- 强化血液的携氧能力。
- 增加性激素。
- 促进皮肤对抗感染的能力。
- 提升人们对压力的耐受度并减少忧郁。

另一方面，没有任何一个科学研究能证实，阳光本身是造成癌症或其他疾病的元凶。一定还有其他因素显示出来，像是组织的酸中毒（肇因于摄取了过多的酸性饮食，例如动物性蛋白质、反式脂肪和加工的食品及饮料）、大部分的成药、组织内重金属和有害化学物质的累

术已广为业界所知，并被用在几乎所有的所谓“疾病”上，其结果是，几乎每个美国人在他们生命中的某个阶段里，已经或正在出现一个或多个严重的疾病。这些诸如太阳眼镜或防晒产品般“有害”的物品，对我们的健康已产生了无法想象的危害。

如同健康作者网站 NaturalNews 最近的报道，有个 CDC 的研究显示，97%的美国人都受到一种毒性的被称为二苯甲酮（Oxybenzone）防晒化合物的污染。近 600 种防晒用品中发现含有这种化合物，包括儿童产品。多数阻绝阳光的乳霜和乳液，也含有亚佛苯酮（Avobenzone），以防御那些被误认为是长期皮肤病“元凶”的紫外光射线。多数防晒用品也含有数十种或甚至更多包括致癌的香料或化合物的混合物，以及无数从石油中取出的合成物质。这类致癌化合物经由皮肤吸收，会让很多必须持续补充“保护性”防晒用品的人感到困扰。这种防晒用品各式各样，如乳液、乳霜、油状、软膏、条状、胶状、果冻状、喷剂、液体和饼状。

这些产品的制造商宣称，多数有害的化学物质在阳光下会降低其危害程度，所以对消费者而言，应该是安全的。这个说法完全是错误的，根据美国疾病预防控制中心（Centers for Disease Control and Prevention）报告指出，几乎每个美国人都已经被防晒用品中所含的化学物污染了。亚佛苯酮（Avobenzone）渗透细胞的速度特别快。其他在防晒用品中发现的化学物质，包括二苯甲酮（Dioxybenzone）、对胺基苯酸（PABA）和对胺基苯酸脂（PABA Ester）、肉桂酸盐类（Cinnamates）、水杨酸化合物（Salicylates）、酰棓酸三油酸酯（Digalloyl Trioleate）和邻氨基苯甲酸酯（Menthyl Anthranilate）。

几乎没有任何关于这些化学物质的安全测试。它们会出现在化妆品中，而身体就像海绵一样将它们吸收。

很多大量使用化学防晒用品的人，可能产生了很强的自由基的效应，那是导致皮肤癌的隐形原因。化学家在做化学合成试验时，利用这类化合物来启动自由基的反应。这些化合物是如此危险，以至于实验室的工作人员必须小心谨慎，避免皮肤接触。当与其他化学物结合

在人体内的发生（注㉑）。根据葛兰博士所说，化学防晒产品的增加是造成皮肤癌的主要原因。从布朗博士（Drs. Mike Brown）、癌症研究基金的凯特·罗博士（Kate Law of Cancer Research Campaign）和米兰的欧洲肿瘤研究所（European Institute of Oncology）的奥提尔博士（Philippe Autier）所做的研究发现，假期中使用防晒产品的小孩，回家后有更多的皮肤斑点——这可能是癌症风险增加的前兆。不管防晒产品是否会增加形成皮肤癌的可能，至少可以证明，防晒产品完全是无法预防皮肤癌。

1998 年 2 月，纽约史隆·凯特琳癌症纪念中心（Memorial Sloan-Kettering Cancer Center）的病理学家波维克（Marianne Berwick）在美国科学促进会（American Association for the Advancement of Science）的年度会议上，展示了一个经过审慎分析后得出的数据，以比较使用防晒产品和皮肤癌的关系。她的结论是：防晒可能无法预防皮肤癌，包括黑色素瘤。“我们真的不知道防晒产品是否能预防皮肤癌。”波维克博士说，“在检验了所有得到的病理数据，并进行我们自己大型的群体对照（Case-control Population-based）研究后我们发现，使用防晒产品在任何年龄层与形成恶性皮肤癌之间并没有关系。”虽然防晒产品的确可以预防晒伤，但波维克博士下结论说，“晒伤”本身并非是造成癌症的直接因素，她的论点是，如果人们有黑色素瘤，可能是因为他们遗传的原因，比较敏感且容易形成皮肤癌，与他们在阳光下皮肤的暴露程度，以及有没有使用防晒产品没有关系。

波维克博士先前的研究（1996）找不到晒伤和黑色素瘤形成之间的关系。美国皮肤医学会（American Academy of Dermatology，AAD）受到生产防晒和护肤产品厂家的大力赞助，他们当然强力谴责波维克博士的研究，并指责她是个“计算数字的科学家”。我认为，“计算数字”，那的确是一个科学家应该做的。

现在回到正题上。防晒产品到底对你起了什么作用？它们不只该为黑色素瘤负责，更该为许许多多其他形式的癌症及身体失能症状负责。最令人困扰的是，很多普遍被使用的化学防晒产品，具有较强的

血脂等危险因子排除在外，患中风或因中风而死亡的风险比正常人高一倍以上。

高纬度国家的人们（较少阳光接触且维生素 D 较低）患心脏病的人数，比低纬度充满阳光的国家要多得多。除此之外，中风情况常常发生在冬季，尤其是阳光不足时。此外维生素 D 较少，表明了得糖尿病可能性和死于乳腺癌的危险性增加。

一个由德国癌症研究中心（German Cancer Research Center，Deutsches Krebsforschungszentrum，DKFZ）与汉堡-艾盆多尔夫大学医院（University Hospitals in Hamburg-Eppendorf）的科学家共同合作的研究提供了明确的证据，血液中维生素 D 低下的围绝经期妇女，得乳腺癌的概率会显著增加。这个研究成果在 2008 年 4 月发表，并刊登在医学期刊《癌肿瘤》（*Carcinogenesis*）上。在其他的癌症内因性影响上，阳光诱发维生素 D，增加了突变细胞的自我毁灭，并减少癌细胞的扩散和再生。

晒太阳能帮助你预防多达 16 种不同的癌症，包括胰脏、肺、乳房、卵巢、前列腺及结肠癌症。研究表明，那样做能让你减少 60%的癌症发生率。另一方面，每年因缺乏接触阳光和持续性缺乏维生素 D 而死亡的人数近 100 万人。

比较起来看，身体被阳光伤害的风险是微乎其微的。皮肤癌中最危险的是黑色素瘤，通常出现在皮肤上太阳没有晒到或者晒得不够的地方。如果你有机会并有理想的保护措施，请让全身晒个够，包括你的私处。

9. 血清素：快乐和健康不可或缺的因素

逐渐有愈来愈多的医学研究者，对于一个能够显著降低心脏病、癌症、糖尿病和其他许多疾病的发生率的神奇药物，产生了兴趣——

动物猝死。既然人类的血清素有着与老鼠类似的功能，研究人员相信相同的情形也会发生在人类的婴儿身上。

在目前已做过的研究中，与血清素相关的信息非常多。血清素在体内长时间的不平衡，会影响身体最基本的功能。虽然，蔬菜和水果也含有血清素，但要消化这些食物，你需要一个健康的消化系统。消化系统会以它自己的时程来运作，而它正是由血清素的循环来控制。血清素循环是跟随着日夜节奏而变化的。这让阳光变成了生命和健康中最具影响力、最天然的支持者。

阳光是天然的药物，而且是免费的。

正确的预防措施

应该避免非必要或较长时间在阳光下曝晒，尤其是在没有穿着保护性的衣着、佩戴太阳眼镜和使用防晒用品的正午的时间。很多药物，如利普妥（LIPITOR/atorvastain，降血脂药）、颠茄（“莨菪”，Belladonna）、乐泄锭（Furosemide，利尿剂的一种）、奎宁（Quinine）、四环霉素（Tetracycline，一种中度具有“广效型”的抗生素）和另一种四环霉素（Doxycycline，抗生素，用来治疗细菌感染引起的发炎）等，也许会让你的眼睛和皮肤对阳光敏感。药物和兴奋剂，比如咖啡因、尼古丁、肾上腺素和娱乐用药物（Recreational Drug）会使瞳孔放大，让你的眼睛吸收过多的光线。这个副作用可能导致不当使用太阳眼镜。

高度酸性的食物，包括肉类、蛋、奶酪、油炸食物和糖，也可能让你的眼睛和皮肤容易受到太阳的伤害。因此，你可能会发现你再也无法不戴太阳眼镜就离开房子。当阳光变得如此危险，让你不得不躲着它时，这已经是一个非常严重的情况了，其最后的结果是无法获得足够的阳光，降低了你身体里的维生素 D 和血清素数量，从而增加你得癌症和其他疾病的风险。

同时也要注意，如今大多数的化妆品都含有防紫外线的化合物，包括面霜、化妆品、保湿品、乳液和防皱乳霜。

关，而褪黑素则可促进睡眠，使身体进入深层且恢复精神的睡眠。这些药物借抑制血清素在体内的衰竭为由，瓦解了褪黑素的进行过程，影响了身体适当的睡眠诱发。正如进行中的“护士健康研究”（Nurse's Study）（注㉓）和其他最新的癌症研究显示，血中褪黑素较低，会大大增加患癌症的风险。褪黑素控制一个负责导致正常细胞死亡的基因，较低的血液褪黑素降低了这种基因的活力，使得细胞比它们正常的寿命更长久，这些不受控制的细胞就会癌化。

抗忧郁药扰乱了身体最基础的功能，包括食物的消化和细胞代谢。举例来说，当病人用最普通的抗忧郁药帕罗西汀（Paroxetine，Paxil）治疗后，很多人会突然产生比以前更饿的感觉，且在进食后不久仍没有饱足的感觉。因此，他们吃得愈来愈多，当然体重就会增加变得过胖。肥胖在现代社会被认为是引发多数慢性疾病的最主要危险因素，包括心脏病、癌症和糖尿病。

有些普通的抗精神病药物，如金普萨（Olanzapine，Zyprexa）能在短期造成体重增加。这些药物提升了体内的多巴胺——一种会引起食欲的激素，这类药物也会减少瘦体素的分泌，瘦体素是一种抑制食欲的激素。换句话讲，那些服用抗忧郁药的人，可能会产生强烈的食欲，无法控制而且会吃得更多。想想这给身体其他部位所造成的混乱和后果，从产出更多的胰岛素和消化液，如氯化氢酸、胆汁和酶，到减少由此增加的有害废弃物。骤升的胰岛素分泌，又会增加患癌症的风险。

其他药物如激素替代疗法（HRT），会导致使用者增加高达70%的体重，再次干扰了身体最基本的功能，它们同时也增加了乳腺癌的风险。在妇女停用激素大约5年之后，这种风险才会从最高水平（从使用激素药物期开始）降回到原来的水平。这是海德堡的德国癌症研究中心，以及汉堡-艾盆多尔夫大学医院（University Hospitals in Hamburg-Eppendorf）所做研究的成果。

骨质生成的药物也会造成体重增加。泼尼松（Prednisone）、可的松（Cortisone）和其他类固醇可用来治疗十多种病症，包括气喘、红

做的声明时，你会怀疑医生为何会开这么个处方给你："目前，还没有数据显示，治疗乳腺癌时使用癌思停，可以改善疾病相关症状，增加患者存活率。"答案可能存在于一个事实上，那就是："'癌思停'产生了药物所能造成的最糟的副作用，然而那居然是一宗好生意。"数以千计热衷于向患者介绍、推荐"癌思停"的医生、医院管理者、健康机构不是上了这个骗局的当，就是心甘情愿接受它。

用"癌思停"来治疗癌症会造成潜在的致命性胃肠出血、更多的并发症及出血，造成瘘管（Fistula Formation）、中风、心脏问题（血块）、高血压危象（Hypertension Crisis）、可逆性后侧白质脑病变症候群（Reversible Posterior Leukoencephalopathy Syndrome，神经系统和视觉障碍）、嗜中性白细胞缺乏症（Neutropenia，白细胞数减少可能提高感染的机会）、肾病症候群（Nephrotic Syndrome）、充血性心脏衰竭（Congestive Heart Failure）以及其他一些奇怪的症状发生。

在高度压力下，一项最新的 FDA 咨询小组建议，"癌思停"不该被使用在治疗乳腺癌上，因为它除了造成风险外，并不能提供足够的治疗益处。FDA 的药物结论为："癌思停"不能显著地延长病人的生命，相反地，它却杀死了很多病人。

一篇刊登在 2008 年 7 月 5 日《纽约时报》上的文章提出一些关于这个药的疑问："为什么这个药是有效的？如果生命现状不能显著地延长或改善，那么让肿瘤生长变慢，就可以了吗？在把数十亿美元投入到某种药物的研发中之前，应该有多少论证的证据呢？而何时该把平衡作为因素计入费用中呢？"我让一个癌症患者来回答这个问题。

2007 年，珍在 Assertivepatient. com 的网页上写道：

每隔 2 个周的星期四下午，我会缓步走到癌症中心进行静脉注射治疗（同时每天服用 cytoxan，一种锭形的药物，外加一把其他药物以治疗副作用，和因癌症治疗产生的焦虑、高血压和偶发的忧郁、失眠等这些额外的"福利"）。每次在癌症中心治疗的总费用大约在 2 万

“瑞米凯德”和“复迈”三种加起来，让制药厂赚了130亿美元。但你能轻易地通过净化肝脏、肾脏和结肠，在饮食时降低动物性蛋白质的摄取，食用营养蔬果，采取一个健康平衡的生活方式来治疗关节炎、克隆症和牛皮癣。我35年前曾深受过关节炎的折磨，而当我知道原因之后，我不靠任何药物帮忙就快速治愈了它。我提醒那些家中有孩子患关节炎、克隆症和类似疾病的父母们，这些药物所显示的“成功”，指的只是它们能将症状减轻和压制，而不是它们能达到多少真正的治疗。

小心阿司匹林

谁会想到，上百万人每周吞一片“无害”的阿司匹林，实际上会造成最严重的癌症之一？一项在马萨诸塞州波士顿市的布莱根和妇女医院（Brigham and Women's Hospital）对近9万名妇女，时间长达18年的研究表明，当参与者每周吃超过2片阿司匹林，会增加58%患胰脏癌的风险。当剂量增加到每周14颗，概率会增加到86%。

避开药物陷阱

药物中的化学成分，会给病人造成极大的隐患，这个问题已经愈来愈明显了。在美国，它们每年最少会杀死10万人。这个数字可能还会更高，因为只有以小部分因药物造成的死亡，会被医药专家报告出来。几乎每个死亡案例中，医生在开具死亡证明时只是写下病名，把它当成是造成死亡的原因，而不是那个被用来“治疗”疾病的药物。如果今天医生们突然停止为我们开处方，明天就会有上千条生命获得拯救。

这个事实在很多年前就已经被公众知道了。

1976年，洛杉矶州政府宣布该州的死亡率骤降18%，那个时侯正值很多医生因抗议误诊的健保费用增加而罢工。在一项由洛杉矶加州大学（University of California）的罗默博士（Dr. Milton Roemer）所做的研究中显示，该州17家大型医院在那段时间的手术减少了60%。

始的治疗过程。药品会抑制身体的自愈力，不仅难以降低或限制了症状，反而增强了疾病的成因。这让一般抑制症状的方法（药物治疗）成为疾病的首要原因，包括癌症。

因此我建议你，不要掉入药物的陷阱，药品只会把你推向一个恶性循环，让你永不得翻身。

第三章 CHAPTER THREE

揭开癌症的神秘面纱

癌症启始于我们被分裂的心，启始于我们早期人生的所有未能表现出来的悲伤和挫折。

癌细胞常常会发生在消化功能持续遭到干扰，情绪健康常受到破坏的人身上。

癌症常常是因为我们试图在身体外表表现得更加坚强与内心不断软弱之间碰撞时发生的。

要治疗癌症，就必须把自己内心深处的情感表露出来，让世界看看这个人内心藏了些什么。

让自己享受一次精油按摩，准时上床睡觉，吃营养的食物，每天去做有利于自己健康的事，让你身内的细胞相互和谐地运作。

1. 连结片断

玛莉39岁时曾到我这里就诊。38岁时她被诊断出有晚期乳腺癌。肿瘤科医生给她开了例行的癌症治疗处方：放射治疗和化学治疗。但这些治疗手段对她都没有任何帮助。不久后，医生劝她进行右侧的乳房切除术。手术是在她月经期开始前不久进行的。让她松了一口气的是，手术结束后，医生告诉她，他们已成功地“清除了所有的癌，现在病情得到控制”。但她的主治医生却不知道，在时间生物学（Chronobiology）里（注㉔），妇女在月经期前一周或月经期间进行手术，其癌症复发的概率是在其他时间进行手术时的4倍。妇女在月经期间，免疫力与铁含量较低下，她们体内的抵抗力无法消除手术后剩余的癌细胞。因此，存在的癌细胞在她们身体其他部位会出现高风险。

如我所料，在她进行乳房切除手术一年后，玛莉开始抱怨她的下脊椎和左膝出现严重的疼痛症状。10年前，她曾被诊断出在她的下脊椎处有颈椎关节黏连（Cervical Spondylosis）（注㉕），这是因为脊柱关节软骨边缘不正常的增生和钙化而形成的。这一次检查发现，在她的下脊椎和左膝部位已形成骨癌，这就是玛莉那次的乳房手术和使用药物抑制免疫系统作用的结果，手术和药物促使上百万的癌细胞在玛莉体内最脆弱下脊椎的地方聚集。

根据玛莉的病例记载，她有严重的月经期问题。除此之外，她还被诊断出有贫血症。虽然多年来她一直在按规律补充铁剂，但任然持续贫血，铁剂同时造成她经常性的恶心和胃痉挛。她告诉我，她的消

好好地对待自己的孩子。玛莉还告诉我，她从来都不想去做一名老师，她一直梦想成为一个体操教练。

不能实现自己愿望所感受到的挫折感，是玛莉患癌症的主要原因。从她生命一开始就被教育要顺从社会体系，对她而言，这意味着她总是要做被要求要做的事。在她的内心深处，有着她未曾实现的梦想，只是因为她不想因此激起紧张的气氛，让其他人对她的感觉很糟而没有去追求罢了。

为了维持家庭的和谐，玛莉表面上服从父母的要求，但内心里却感到非常愤怒。那天早上她走进我的办公室时，给了我一个甜美的微笑，为的是不显露出她内心的痛苦。她已学会把内心的痛苦紧紧地埋在内心深处。伤害她的最主要的不是她身体上的痛苦，而是所有威胁着她心中对爱与和谐的感受，是那些被压抑的挫折感、恐惧感和不安全感。身体上的痛，仅仅是提醒她因为长期以来的经历所造成的心痛。不管是在童年时代还是成年期间，她不停在试图压抑或隐藏自己内心感受，因而造就了她的某种个性，而这个个性需要一种疾病来带它走向某种结局。

她被迫与父母分离多年，并试着取悦他们双方。玛莉从未做出要么取悦她自己，要么取悦她父母的选择。心理的分裂，耗尽了她身体里所有的能量和快乐。

癌症开始于她被分裂的心，开始于充满她早期人生的所有未能表现出来的悲伤和挫折！

全都与身心有关

所有发生在我们情绪上的东西，也会发生在我们身体上。

真正的癌症是一种受困且孤独的情绪，是一种“别无选择”的感觉。透过身心的连结，任何对待生命中和谐、稳定和简单的愉悦感觉，

饮食中富含动物性蛋白质，例如牛肉、猪肉、禽肉、鱼肉、蛋、奶酪和牛奶时，而含糖量高的食物也是一样。玛莉特别依赖这些食物。因为在生命中大部分时间，玛莉都深受消化不良和便秘之苦，她的身体严重缺乏对癌细胞的解毒剂。相对于那些消化系统有效运作且拥有开朗性格的人，癌细胞常常会发生在消化功能持续遭到干扰，情绪健康常受到剥夺的人身上。

玛莉下颈椎的椎关节显示了其支持系统的虚弱，显示了缺乏父母支持和鼓励的直接反应。当玛莉坐着时，她的身体往下沉，看起来只有她实际体形的一半大。她看起来像个吓坏了的孩子，缺乏自信和安全感。她的姿势表明，她试着保护她的心不要再受伤害。除此之外，她的呼吸浅浅的且没有效率，像是她不想被其他人发现她父母可能对她表现出的苛刻或不认同。膝盖是整个身体的支持系统，长期的妥协、缺乏自信，表现在她多年来的膝盖问题上。

4. 玛莉的成功战役

一项日本的研究显示，癌化肿瘤症状自然消失的病人，在突然痊愈之前，通常在24小时之内，经历过对自己态度的深刻改变。玛莉必须在她的生命中做一些重要的改变，其中之一是找个新工作，即使收入减少。如果玛莉仍处在对压力及噪音高度敏感的嘈杂情况下，她紧张的情绪就无法有助于治疗。她需要花更多时间去接触大自然，去室外享受阳光，去沙滩上漫步，去画出她的感觉，去听她最爱的音乐，当然还要每天花一些时间平静下来去冥想。

除了遵循阿育吠陀印度传统医学日常的计划和饮食之外，玛莉开始使用净化的方法来清除她结肠里污秽的排泄物，以及把累积的毒物血液从肝脏和结缔组织中清出去。这个肝脏净化法，让她排除了15～20年来影响她的肝脏和胆囊的数千颗石头。

病症的顽强拼搏精神使他得以继续作为一家成功企业的总经理而努力工作。

透过阿育吠陀的把脉法（Pulse Reading），以及观察眼睛（虹膜学，Iridology）（注㉗），我能确定杰若米的消化功能和淋巴排毒功能很早以前就已经开始快速衰退了。他的肝脏有很多结石。后来证明，杰若米在4岁时经历了一次非常大的创伤，虽然一开始他几乎不记得这个事件。杰若米后来说，他最大的情绪压力事件发生在他21岁时，他交往已久的女友因为另一个男人离他而去。事实上，在她离开的前一年，他就发现自己脖子上淋巴肿大。被女朋友拒绝，是他生命中最让他心碎的时刻。这个时刻打开了他另一个更加痛苦的被拒绝的记忆。

 与记忆幽灵对抗

杰若米出生在一个政治环境不稳定的发展中国家。4岁时候，他的父母为了他的安全，送他去另一个发展中国家的寄宿学校就读。因为他不了解这个做法背后的原因，他感觉到父母不再爱他，不希望他在身边。他所能记得的，就是他认为的生命线——与他父母的亲密关系被切断。虽然他的父母相信送他离开，对他而言是最好的选择，但他觉得在他最需要他们的时候，顿时失去了生命中最重要的人。他那个小小的世界在这个最“黑暗”的日子里彻底瓦解了，伴随他的是，身体的主要功能继而开始衰退。

杰若米拼命向父母证明他值得他们去爱。但他却没有感觉到他这种想法要想成功，需要有持续的驱动力。他很骄傲地告诉我，他在人生中从未放弃，他不会被任何事击倒。或许他不知道他已病情十分严重了。他的外表除了秃头之外，并未显露出他的身体正在拼搏。他把所有的精力和时间都投入到工作上，而且非常勤奋。

要治疗自己，杰若米必须意识到他内在那个“被拒绝的小孩”。早

因此而致病的。进一步讲，若我们不能够掌握伴随疾病而来的信息反应，我们就有可能要以面对死亡的方式来体验生命的历程。

现在的医疗方式不会把焦点放在癌症的实质问题上，但是“疾病的过程”会以它真正的原因来处理存在的问题。化学治疗、放射治疗和手术，安抚了病人那种受害者的心态，但没有治疗这个疾病的真正的原因。惟有当病人将自己从受害者和自我攻击中解脱出来，治疗才会发生奇迹。当人的健康和自我接受的内在感受很强烈时，外在的东西就无法造成重大的破坏性冲击。因此，仅仅是清除了生命中的外在问题，并不足以导致癌症症状自然的缓解。一个伴随着内在的改变更为必要。

杰若米没有从父母那儿得到的关爱和赞赏，他需要快乐和愉悦的空间让自己有时间去冥想，去自我回馈，去在大自然中感受它们带来的欢乐和能量。癌细胞是为了在一个“充满敌意”的有毒的环境中生存而战斗的细胞。放弃在生命中对抗的需要，为身体 DNA 重写程序，改变导致它最终毁灭的原因，让它健康地繁殖。

我们需要为自己的生存而战斗，给癌细胞一个再次被身体内细胞“大家庭”接纳的机会。癌细胞是被这个“家”拒绝的正常细胞。它们被剥夺了正常生存的养分和支持。当癌细胞不顾一切求生时，会紧抓住任何它们发现可以维生的东西，即使那是细胞的废弃物和毒物，尤其是把它们变成“被抛弃”的细胞之后。

如同我们想要得到爱一样，癌细胞也需要知道它们是被爱的。我们不需要通过手术，使用有毒药物，使用致命的放射线把癌细胞从身体上清除掉。为了健康和谐地生活，我们必须跟身体内的所有细胞做朋友，包括癌细胞。“爱你的敌人”这句俗话，适用于人，也适用于癌细胞。杰若米患癌症的原因，是因为缺乏自我欣赏，感受不到爱。

等待父母对他展露出爱，实际上是杰若米否定了他对自己的爱。杰若米后来感悟到了，他的疾病事实上是另一种方式的祝福，帮助他第一次找到自我，第一次知道该如何去爱自己。

如果我们能够将那个被称为疾病的东西，视为我们内在世界的一个完美表现，我们就会花更多精力关注内部发生的事情，而不是试着

清除心中罪恶感的方式——一种她把对过去做错事的谬误潜意识带到意识层面的方式。

与癌症病人谈话时，通常会涉及死亡的话题，那是他们最终会面对的事情。我告诉他们，他们并不会真正死去，没有人会死。身体的死亡对那些留下来的人来说，实际上是一个真正的经历。对那些身体死亡的人来说，这却不是事实。一条蜕掉旧皮的蛇，并不担心它身体某部分已死亡且掉落。只要我们对“我”的认知意识存在（它是一直存在的），身体的死亡就无法毁灭我们。事实上，死亡是一种“非经验”（Non-Experience），因此，对那些仰赖他们实体的认知，以决定他们要相信什么的人，就形成了一个“真实的假象”。当一个我们所爱的人突然因身体的死亡而离开了我们的，我们很自然地会为他或她的离去感到悲伤。虽然这些悲伤的情绪是真实的，但造成这些情绪的理由却不是。一个人的消失只跟旁观者有关，但没有任何事发生在“消失”的那个人身上，他仍就是他的那个人，只是不在一个实质的身体里。

我个人曾经因为身患重病或受到外伤而面临死亡多次（濒死经验）（注㉜）。我的父亲也有过相同的经验，但我们都没有死去的感觉。事实上，情况正好相反，对于不论是活着还是醒着对于任何事物的察觉强度都会变得非常大，以至于死亡感觉就像是银河那般遥远。相比较之下，被拉回到生病的身体，感觉还更像死亡。我用母亲想要的方式将她埋葬的那天，是值得庆祝的一天。我们不需要为自己感到遗憾，尊敬被分离的灵魂，事实上应替她感到高兴。当你的身体死去，惟一感到痛苦和懊悔的是那些留在世间你所爱的人，他们无法与你分享你所得到的真正自由和存在，无法分享你们感到的极其美妙的欢乐和视野。

当一个人经历死亡时，并没有任何“在自我里”或“自我的”东西去了他处。因此，我写给这位女士：

比起继续留在她身体里，更重要的是她是否与自己和平共处，除了她实质的肉体，她将带走所有的东西。无论她是否已准备好接受和拥抱真正的自己，要治疗她潜意识自我毁灭的行动，只能完全仰赖她

德国大学教授海默（Ryke Geerd Hamer，M. D.）发现，在对超过20万名癌症病人进行的例行计算机断层扫描中发现，每个人大脑的某个部位都出现了功能损害现象，看起来像射击靶心的同心圆，或是石头掉进去的水面后水纹出现的状况。大脑中的这种变形被称为“海默群”（HAMER herd）。西班牙的海默博士发现，这些损伤是由病人的一个严重、剧烈且孤立的“冲突—震惊—经验”现象所造成。只要冲突解决，计算机断层影像就会改变，一个浮肿会出现，最后疤痕组织（scar tissue）形成。自然地，癌症就会停止生长，变得无法作用，最后消失掉。

仅仅是通过帮助病人解决他们严重的自身问题，并在治疗阶段中支持他们的身体自愈，海默博士在他的癌症治疗上就达到了一个非常高的成功率。根据公开的记录，在接受他简单的治疗后4～5年，6500名晚期癌症病人中，有6000名仍然活着。

10. 癌症是你不爱自己的结果

很多癌症病人把他们全部的生命和时间，都放在帮助和关心其他人身上。在他们这种无私服务的背后，有一个非常高的情操和境界。如果以他们牺牲和忽视自己的健康，来避免面对任何来自他们内心中的羞耻、罪恶或无价值感，实际上是在切断支撑他们自己身体主干。他们是“无私”的，是在致力于取悦和服务别人，换句话讲，别人会喜爱并感谢他们所做的贡献。但这在潜意识里却是被认定为不爱护自己，这会锁住身体器官和组织细胞记忆中那些没有解决的问题以及恐惧感和无价值感。

“爱你的邻居，像爱自己一样”是治疗癌症时一个最基本的要求。这句话意思是，我们有多么爱自己，感激自己，就同等地去爱别人和感激其他人。一个人要想真正去爱一个人，却没有情感或占有的羁绊，

毫悔恨和自责，我们会安详地离去。

当我们对自己封闭了心扉，我们会变得异常孤单，身体开始变得虚弱且不健全。众所周知的，寡妇和离群独居的人，那些长时间没有朋友可以交流内心深处情感的人，是最容易得癌症的。

你的身体细胞是你所拥有最亲密的“邻居”，它们需要感到你的爱和你的接纳，知道它们是你身体的一部分且关心它们，是你必须随时要牢记的事情。

让自己享受一次精油按摩，准时上床睡觉，吃营养的食物，每天去做让自己健康的事，是非常简单但力量强大的爱的讯息，它促使你身体细胞之间相互和谐地运作。这样做同时还能够完美且有效率地降低毒性在身体内的含量，这并非毫无科学根据。你可以去医院做个调查，询问一下病人，问问他们在生病前是否对自己的生活感到满意。也许所有的回答都会是“不满意”。虽然你不是一位从事医药领域的研究人员，但你可以做一个没人做过的重要研究。你会非常惊讶地发现，造成疾病最普遍的原因是“不爱自己”，换一种表达方式，就是“对生命的现状不开心”。对生命的现状不开心或不满意，也许是你所遭遇的最严重的压力形式。事实上，它也是许多疾病，包括癌症的一个主要危险因素。

一项最近公布的研究成果表明，严重的情绪压力会让乳腺癌风险增长 3 倍。100 位有乳房肿块（Breast Lump）的人，在他们得知自己患有乳腺癌之前被访，其中二分之一的人在过去 5 年内都经受了生命中意外的打击，像是失去亲人等。情绪压抑或心情不畅会严重损坏消化系统、分泌系统和免疫系统的功能和作用，导致体内产生大量的危险毒素。仅仅利用“大规模毁灭性武器”使身体摆脱癌症症状，并不能解决癌症背后那些没有解决的情绪伤痛。

第四章 CHAPTER FOUR

身体的行动智慧

癌细胞不会危害人的生命，但那些形成癌细胞的物质会损害我们的健康。肿瘤内的癌细胞是无害的，切除、烧掉或毒死肿瘤，并不能预防真正的癌细胞扩散。

癌症不是病，它是一个不同寻常的突显高度效能的生存及自我保护机制。

消化和代谢的酶拥有强大的抗肿瘤能力，当身体得到适当养分供应时，这些强而有力的酶就能轻易地进入我们身体的细胞中，长时间损伤的细胞或肿瘤，就能被轻易和快速地清除掉。

每天喝 5 杯绿茶，可延缓前列腺癌的生长，这个研究成果刊登在 2003 年 10 月 7 日的《国际癌症期刊》上。



1. 癌症无法杀了你

癌症跟其他的疾病一样，并不像是地面上长出的蕈菇一样，随时随地出现在身体的某个或某些部位。它不是一种定义明确的状态。它是许多毒性危机造成的结果，就像它们的源头一样，会造成一个或多个精力耗竭的状况。刺激、情绪创伤、被压抑的情感、无规律的生活方式、水分缺乏、营养不良、暴饮暴食、缺乏深层睡眠、体内重金属的累积（尤其是来自补牙用的汞合金）、身体接触化学物质、缺乏阳光，这些都是阻碍身体清除代谢废弃物、毒物和每天300亿个被淘汰细胞的因素。当这些死亡的细胞累积在身体的任何部位时，会自然地导致一些渐进式的反应，包括过敏、肿胀、硬化、发炎、溃疡和不正常的细胞生长，就像其他的所有疾病一样，癌症是一个毒性的危机，它体现出身体的最后一搏，以摆脱累积的腐败毒物和酸性物质。不这样做，身体就无法清除代谢废弃物、毒物和被分解的细胞。

癌症就是证明身体已经处于中毒状态的信号。它从来就不是疾病的成因，而是对一个不健康的身体状态做出的反应。把癌症当成疾病的成因来治疗，就如同用脏污的泥巴（化学疗法混合药物的毒物）**来清洗一个肮脏的锅子**（被毒害的身体）。显然，使用有毒的物质去治疗已经负载大量毒素正为生存而挣扎，并希望恢复清洁和功能的身体，是根本不可能的。当然，你可以采取把这个锅子丢掉的办法来解决这个问题。但当你要烹饪新的食物时，你会面临一个更大的问题，你没有东西可以煮食物。同样，杀死癌细胞，我们几乎也杀死了这个病人。

会因体内长了肿瘤而死亡。

很明显，癌细胞似乎应该为一个人的死亡负责，这是现代医学急于摧毁它们的主要理由。但癌细胞根本不是罪犯，就如同阻塞的动脉不是心脏病发作的真正原因一样。事实上，癌细胞帮助一个高度充血的身体活得比没有它们还更长的时间。是什么原因，让免疫系统必须忽视可以被轻易消灭的癌细胞，而让它聚集起来形成肿瘤？惟一合理的解释是这些细胞正在充满有毒废弃物的身体里进行艰难的工作。大自然为此提供了一个很清楚的案例，你只要想想毒磨菇的功能就好了。你会说一朵有毒的磨菇很“恶毒”或“邪恶”，是因为如果你吃它就会死亡吗？不会的。事实上，那些在森林里的磨菇，会从土壤、水和空气中吸收毒素，它们是自然界生态系统链中一个必不可少的部分。虽然这些磨菇创造出来的净化效应不容易被我们注意到，但为了森林以及栖居于森林中动物的健康成长，它被允许存在下来。同样地，癌细胞一点也不恶毒，事实上，它们在扮演类似吸收身体内那些可能会杀死我们毒物的角色。突然变成“有毒的”恶性细胞，向来不是正常和健康细胞的主要选择，但却是它们在身体面对一个即将而来的大灾难时作出的最佳的选择。如果身体死了，不是因为癌症，而是其他的原因所导致。

为了坚持做它们愈发困难的工作，这些肿瘤细胞必须长大，即便必须消耗其他健康的细胞来达到此目的。若少了它们的活动，器官也许会突然失去已经衰败的结构而崩解。某些癌细胞甚至会离开肿瘤区而进入淋巴液，跑到身体其他也有相同高毒性和酸性的部位。这种癌细胞的扩散，就是所谓的转移。但癌细胞注定只在高度毒性（酸性）的背景下安顿下来，这是一个它们可以生存，可以继续不寻常解救任务的工作环境。它们已经适应了可以在有毒且无氧的环境中生存，在那儿它们可以中和一些阻塞的代谢废弃物，像是乳酸和腐烂的细胞残骸。在这种情况下，免疫系统去破坏这些被“疏远”的、正在从事一部分重要的免疫系统工作的细胞，是一个致命的错误。没有肿瘤的出现，大量由腐烂细胞残骸造成的腐败性毒物，将穿透血管壁，渗入血

不幸地是这种功能却被我们当成了疾病对待。

癌症不是病，它是一个不同寻常的突显高度效能的生存及自我保护机制。

我们应该给宇宙中最好的、最复杂的系统——人类的身体，更多一点的信赖，让它明确地、非常完美地知道如何处理好自己的问题，即使是在最严苛的环境之下。

2. 身体孤注一掷的生存企图

没有人想被别人攻击，这道理同样适用于身体内的细胞。细胞只有在能确保它们生存，至少可能活得愈长愈好时，才会进入一个防御模式，并变成恶性细胞。当细胞不再需要自我防御时，癌症就会自然消失。癌症和其他的疾病一样，是一种毒性危机，当达到自然的结局时，它们就会自动地离开目的症状。

一个健康的身体每天会损耗掉超过 300 亿个细胞，其中至少有10%是癌细胞。这是否意味着我们每个人都注定要得癌症这种病？当然不是。这些癌细胞是程序化突变的产物，让我们的免疫系统时刻保持着警惕并充满着活力，然后受到刺激。

受连续耗尽能量的影响，情况发生了改变，身体无法再适应去处理持续出现的破损、损伤和癌化细胞，结果就是细胞间液不断阻塞，同时还影响养分传送到细胞组织，废弃物从细胞组织中排泄出去。结果，众多的死亡细胞残骸开始分解，留下大量退化的蛋白质碎片。为了清除这些有害的蛋白质，身体将一部分放置在血管壁的基底膜里，将其他的部分丢弃至淋巴管中，最终导致了淋巴阻塞。所有这一切，严重妨碍了身体正常的代谢过程，使得某些群组的细胞转而变得衰弱且受损。这些细胞中很多基因会突变成恶性细胞，癌化肿瘤也因而产生，这样，毒性的危机就达到了顶峰。

的有毒化合物，保存在细胞周围的组织液（结缔组织）中。持续不断地耗尽身体的精力以净化细胞本身，细胞氧气和养分的供应会逐渐被切断，这样就改变了它们基本的代谢功能，最终影响了 DNA 分子本身。

细胞核内的 DNA 利用 60 亿个基因来驾驭和控制身体的每个部位及功能的。没有养分的适当供应，DNA 别无选择，只能改变它的基因程序，以保证细胞的生存。突变的细胞能在有毒废弃物的环境中生存，很快地它们会开始从周围细胞身上取得养分。为了让这些被剥夺了养分的细胞存活下来，它们就必须让自己的基因突变，这样就导致了癌症的扩散及变大。

癌症的成长过程是厌氧的，意思是它们的成长和生存都无需用到氧气。

诺贝尔奖得主瓦伯格博士，是第一个展示正常细胞和癌细胞最主要的相异点的人。它们两者都从葡萄糖取得能量，但正常细胞利用氧气来与葡萄糖结合，而癌细胞则不需利用氧气就能分解葡萄糖，产出的能量则是正常细胞的十五分之一。很显然的，癌细胞选择这种相对而言没有效率的方式来获取能量，因为它们不再使用氧气。把氧气供应到细胞，到周围结缔组织（通常两者都有）的毛细血管，可能会被有害的废弃物和有毒物质严重阻塞，还包括食品添加物、化合物、过剩的蛋白质、分解后的细胞残骸。因此，它们无法运送足够的氧气和养分。

因为它们的氧气和养分供应被阻断了，癌细胞对糖会有永不满足的欲望。这也可解释为何持续渴望甜食的人，有较高的患癌的风险，或为什么癌症病人通常想吃大量的糖或甜食。

癌细胞分解葡萄糖所产生的主要废弃物是乳酸，这又可以解释为何癌症病人的身体一般都具有酸性，相比较而言，健康人的身体则自然会是碱性的。

为了应付高乳酸带来的危险，找出另一个能量源，肝脏会把一些乳酸还原成葡萄糖。如此一来，肝脏利用每个正常细胞从葡萄糖分子

变成正常、健康的细胞。那些厌氧及严重受损的细胞，因为无法让自己适应干净、充满氧气的环境，就会自然地死掉。通过完全清除肝脏及肾脏的结石和其他的毒物，身体的消化功能就会显著地改善，因而就会增加消化酶的产生。消化和代谢的酶拥有强大的抗肿瘤能力，当身体通过大扫除解除了阻塞的状况，并得到适当的养分供应时，这些强而有力的酶就能轻易地进入身体细胞中，长时间损伤的细胞或肿瘤，就能轻易并快速地被清除掉。

世上有很多人用这种方式治疗自己的癌症。确实有很多人知道，他们被诊断出的肿瘤在没有采取任何医疗手段的情况下就自然消失了，更多的人甚至还不会知道自己有了癌症，因为他们从来就没接受过这方面的诊断。

在一次的感冒痊愈，连续一个星期咳嗽后咳出有臭味的痰，或者连续几天高热之后，很多人排出了大量的毒物，其中还伴随着肿瘤组织。得州休斯敦的安德森癌症中心（M. D. Anderson Cancer Center）在对重症病人的研究中发现，可以通过让癌细胞感冒的方式来杀死它们，也就是给肿瘤注射感冒病毒。研究人员发现，患几次感冒出现相同的效果之前，可能会需要一些时间。因此，若不去干扰身体的自我修复机制，一个人就会经历癌症的自然消失过程。

3. 前列腺癌及其具风险性的疗法

事实上，有足够的科学证据指出，如果不去管它，多数癌症会自动消失。1992 年瑞典的一项研究发现，在 223 名患有早期前列腺癌、但未接受任何形式治疗的男性中，只有 19 位在诊断后的十年内死亡。在欧盟国家中，三分之一的男人有前列腺癌，但只有 1%的人死了（且不全是因为癌症），所以去治疗前列腺癌是非常靠不住的。

这特别有意义，因为研究显示病人的治疗并不能减少死亡率。相

癌，现已成为一个具有争论性的议题，但对所有类型的癌症而言，都应该要去争论的，无论它发展到哪个阶段，尤其是当我们使用简单的方法时，比如清除器官的代谢物、维持平衡、吃解除拥塞的饮食，以及经常接受日晒，就能让身体避开癌症的伤害。

4. 远离脂肪食物（除了无盐奶油）

一项在1998年发表的哈佛研究成果指出，摄取大量脂肪食物的男性，会增加50%得前列腺癌的风险和将近一倍的转移性前列腺癌的风险。研究人员将高癌症风险归咎于钙的大量摄取。目前已知体内含钙量太高会增加癌症的风险。另一个在2001年10月发表的哈佛研究显示，检视了20885位男性脂肪食品的摄取习惯，发现男性摄食脂肪产品最多者，其患前列腺癌的风险比摄食最少者高出32%。

过度摄取钙质，可能会造成以下的并发症：

- 肾结石。
- 关节炎、关节及血管退化。
- 软组织钙化。
- 高血压、中风。
- 增加极低密度脂蛋白（VLDL）。
- 肠胃不适。
- 情绪不佳及忧郁症。
- 慢性疲劳。
- 矿物质缺乏，包括镁、锌、铁和磷。
- 干扰维生素D对癌症的预防效应。

及产生能量，并加强身体的免疫反应机制。它包含了黄芪（根）、水泽（根）、西南文殊兰（叶）、苦瓜（果实）、木瓜（叶）和刺番荔枝（叶）的萃取物。吃西南文殊兰叶的越南男性及女性，很少有生殖系统的病痛。

如果阴茎上出现了红点，可以用纯芦荟胶按摩，一天两次。很多前列腺的问题是源于阴茎中滞留的尿液沉积及结晶体。当用纯芦荟胶来清除就会消失。你会在数天之内发现皮肤过敏消失了。

6. 为何大多数的癌症会自然消失？

每个毒性危机，从复杂的癌症到单纯的感冒，事实上都是治疗危机，当它获得净化方法的支持时，就会恢复康复。但如果用抑制症状的手段来干扰时，则会出现通常所说的“短命的”康复，且很容易会转化成慢性病。

不幸地是癌症研究人员不敢也不愿意找出癌症的自然疗法，因为这不是他们研究的目的。如果他们真的碰巧发现了某个癌症的自然疗法，他们也不会将之公诸于世。

耶鲁医科大学的肿瘤科教授帕巴克（Rose Papac）曾经指出，短期内不可能看到放弃治疗癌症会产生什么后果。他研究了许多癌症自然缓解的案例，“当看到这些疾病时，我们每个人都急切地想立即治疗它们。”柏巴克说。

因为恐惧而感到郁闷，以及在某些案例中偏执地想要找到快速解决这些令人畏惧的疾病治疗方法，于是很多人没有给自己身体治疗的机会，而是选择去摧毁不须被摧毁的东西。这或许就是为什么现在癌症病人身上自然缓解现象如此少见的主要原因之一。

另一方面，这些年为数众多的研究人员都指出，各种不同的情况，例如伤寒、昏迷、围绝经期、肺炎、水痘甚至是出血，都能启动癌症

第五章 CHAPTER FIVE
其他主要的癌症风险

因为是被设计出来的，所以所有的疫苗都会抑制身体的免疫功能。疫苗中含有毒性化学物质、金属、病毒，以及动物组织的 DNA 等，这些混合物会削弱身体的免疫系统。

习惯性地穿戴胸罩，会妨碍身体正常的淋巴系统工作，且大大增加我们得乳腺癌的机会。

如果能向后延缓女孩初经到来的时间，那么我们就能预防数以千计的乳腺癌病症发生。

每天至少要睡足 8 小时，并在晚上 10 点之前就上床睡觉。关闭你周围的任何人工照明装置。经常接受日晒，这是治疗和预防癌症最好的方法。

癌症通常发生在极度干燥的地方。脱水是一种状态，脱水的身体细胞无法接收足够的水分来进行基础代谢。

1. 牛痘疫苗：定时炸弹？

通过非自然的免疫计划来抑制儿童疾病，会让儿童处于最终形成癌症的高风险。牛痘、麻疹及其他自然的自我免疫过程（被误解为“儿童期疾病”），有助于赋予儿童免疫系统对抗潜在致病因素的能力，不仅非常有效，且又不用经历严重的毒性危机。

单是在美国，每年就有55万以上的癌症患者死亡。但这个国家强制性免疫计划的正确性，却是极不可靠。其制定的免疫力标准方法，未经证实且不科学，并会因此而破坏和抵销身体自身优异的自我免疫力。身体通过接触病原体，可获得自然的免疫力，偶尔出现的治疗危机会自然限制癌症产生的毒性。另一方面，疫苗也会抑制自然的免疫力，改以人工、仿冒的免疫力来代替。

因为是被设计出来的，所以所有的疫苗都会抑制免疫功能。疫苗中含有毒性化学物质、金属、病毒，以及动物组织的DNA等，这些混合物会削弱免疫系统。很多疫苗都含有神经毒素和致癌物。这些东西被注射入健康的身体：铝、硫柳汞（Thimersol）、甲醛（Formaldehyde）、抗生素（Antibiotics）、新霉素（Neomycin）、链霉素（Streptomycin）以及各种其他毒药，溶剂丙酮、甘油（可能致死）、氢氧化钠（Sodium Hydroxide）、山梨糖醇（Sorbitol）、改性水解明胶（Hydrolyzed Gelatin）、甲索氯铵（Benzethonium Chloride）、甲基对苯甲酸（Methylparaben），以及其他可能会致癌的化学物质。（注㉞）

疫苗尤其会降低多型核白细胞（Polymorphonuclear Neutrophil，

要了解疫苗会对人类的身体和健康产生何种影响，可以参考网站上笔者的文章《监督疫苗计划》（www. naturalnews. com/Author 206. html, parts1—3），以及《健康及回春之秘》第十三章，“现代生活的 8 大危险迷思”。

2. 穿胸罩阻碍淋巴排毒

除了上述信息，也有其他因素会影响淋巴液的流动和循环。习惯性地穿戴胸罩，会妨碍正常的淋巴系统，并大大增加得乳腺癌的机会。研究人员摩斯（David Moth）进行过一项实验，他测量了胸罩对底下淋巴管所施加的压力。他说：“结果显示，即使是最轻的胸罩，仍可发现它在淋巴管中施加了过度的压力。”好几个其他研究同样证实了穿戴胸罩与患乳腺癌之前的关系。1991 年，《欧洲癌症期刊》发表的一篇论文（注㊱）研究了胸部的大小及左手和右手的使用习惯，是否是患乳腺癌的潜在危险因素，文章指出，停经前没有穿胸罩的妇女，比起穿过的妇女，患乳腺癌的风险会少一半。

另一个近期的研究（2000 年）刊登在《国际时间生物学》（*Chronobiology International*）上（生物学和医学节奏研究的期刊）。研究发现穿胸罩会减少褪黑素的产生，并增加身体的核心温度。褪黑素是强力的抗氧化物及激素，可促进良好的睡眠、对抗老化、提升免疫系统，以及延缓某些癌症的生长，包括乳腺癌。

对这个主题最详尽的研究，是由医学与人类学家——辛格及葛瑞斯·玛吉夫妇（Sydney Ross Singer and Soma Grismaijer）所进行的。辛格和葛瑞斯·玛吉发现，与西方文化融合的新西兰原住民——毛利人，患乳腺癌的概率与西方人一样高。有趣的是，生长在澳洲的土著人却从未患有乳腺癌。同样的现象也发生在西方化的日本、斐济，以及从西方文化中学会穿胸罩的妇女身上。一旦穿了胸罩，她们得乳腺

有类雌激素。大豆的雌激素效应比避孕药多 4～5 倍（见后面大豆与癌症关系的描述）。其他因素还包括：双酚 A（Bisphenol A）和邻苯二甲酸盐（Phthalates，这些可在许多塑料制品中被发现，比如婴儿容器、水瓶和汽水罐的内层），其他人造化学物也会影响激素的平衡（可在化妆品、牙膏、洗发精和染发剂里发现），来自家里和学校的压力，过多观看电视和使用媒体资源。

4. 大豆：使人类致癌？

食品行业用类似制药行业的方法，成功地让大众认为大豆是一种健康的食物。大豆被称为是能拯救世界于饥荒的神奇食物。持这种观点的人声称，大豆能提供理想的蛋白质来源、降低胆固醇、避免癌症及心脏病、改善围绝经期症状，以及预防骨质疏松等。但当你阅读有关大豆正面宣传资料以外的东西时，你将会发现一些与其不尽相同的事实。尽管大豆有丰富的营养成分，但大豆制品对人体的生物性却毫无帮助。现在大豆成分被包含在数千种不同的食物内，在发达和发展中国家里造成疾病的大量增长。

事实上，生长在农田里的大豆，使用了大量有毒的、会致癌的杀虫剂及农药。很多是经由基因工程（注㊲）改造的植物而来——愈来愈多的证据显示，大豆对于健康危害甚大。只有很少的例外，例如味噌、天贝（Tempeh，印度尼西亚传统发酵食品，是素食蛋白质的来源），以及其他精心发酵的大豆制品。大豆并不适合人体食用。食用大豆、豆奶和一般豆腐，会增加患严重疾病的风险。此外，大豆是常见的食物过敏原。**很多研究都表明，大豆会导致一下病症：**

• 增加妇女患乳腺癌的风险，男性和女性的脑部损伤，以及婴儿的畸形。

经过精心地发酵——根据日本传统的方法。通常，大豆必须至少经过两个夏天的发酵，最理想的是要5～6年，才能对人体产生帮助。

一个针对700位印度尼西亚老人的研究显示，适当发酵的大豆，例如天贝、味噌、纳豆和豆芽（非基因改造的）可帮助改善记忆，特别是对68岁以上的老人。研究同时也证实，大量摄取豆腐（至少每天一次），会让我们特别是68岁以上的人记忆力变差，这项研究刊登在《失智症及老年认知疾病》期刊上（注㊳）。

尽管科学证据表明，未发酵的大豆会致癌，也会造成对DNA和染色体的损害，但数十亿美元的大豆行业，仍会将这个毫无价值的食物转变为普遍推广的大众“健康食品”。在一个书面的宣言中，《蛋白质科技》（*Protein Technologies*）的发言人说，大豆行业有“……律师团队可以打败任何异议者，可以收买科学家提供证据，有电视媒体和报纸可以使医学院转向，甚至可以影响政府……”。

脂质专家和营养学家艾尼格（Mary Enig）博士解释了大豆革命背后的一个主要原因。她说：“在美国，之所以没有那么多大豆，是因为他们（大豆行业）种植大豆是为了榨取大豆油，并使它成为一个非常大的行业。一旦在食物供应中有这么多的大豆油，势必会出现大量的大豆蛋白质残渣。既然这些蛋白质残渣无法用来喂养动物，就必须寻找其他的市场。”也就是说，广大的消费者不仅成了食品工业最有效率的垃圾处理机，同时也为医药行业带来不断增加的利润，因为他们必须处理许许多多因食用大豆而造成的疾病。这就像将氟铝工厂中危害极大的废物倒入自来水中，以“拯救”孩子们使其免于一口坏牙。因为用其他方式来处理这些氟，都将是一笔数额庞大的花费。

动物能在胃中将食物自然发酵然后吸收，因此也能分解大豆中含有的酶抑制剂，进而利用这些蛋白质。并非这个星球上的所有的植物都是对人类有益的。事实上，动物出现在地球上的时间比人类要早得多，因此多数食物都是为了喂养及维持动物王国而设计的。近来大量添加在人类食物链中未经发酵的大豆，已对人类的健康造成了灾

活方式与健康”研究，包含了43404位妇女。她们最大的丙烯酰胺来源为咖啡（占摄取量的54%）、炸马铃薯（占摄取量的12%），以及薄脆面包（占摄取量的9%）。

6. 电灯与癌症

如同前面解释的，较低的褪黑素与癌症有很强的关系。根据得州大学的细胞及结构生物学教授瑞特（Russell Reiter）的说法，褪黑素能保护基因不突变。“夜间的光线抑制了身体产生褪黑素，因此会增加癌症突变的风险。”

华盛顿大学流行病学系的系主任戴维斯（Scott Davis）陈述道：“虽然夜间的光线和癌症表面上看起来属延伸关系，但其中却有根本的生理基础。”戴维斯和瑞特一直在研究夜间光线会如何影响女性激素的产生，从而进一步影响乳腺癌的风险。“我们已经找到了夜间光线及轮班工作与乳腺癌风险之间的关系。”戴维斯说。“这个研究指出，夜间工作干扰了褪黑素的分泌，导致女性的激素过度分泌。”

褪黑素大概从晚上9点30分开始分泌，大约在凌晨1点达到最高峰。它也控制一个力量强大的基因，以确保细胞生命周期不会超出正常寿命。如果它们实际存活的时间比它们应该活的时间还久，那么就会癌变。

从以上信息可知，**每天至少要睡足8小时，并在晚上10点之前就上床睡觉，关闭你周围的任何人工照明装置。**除此之外，在不戴太阳眼镜或擦防晒乳前提下，经常接受日晒。这是治疗和预防癌症最好的方法。

根据这个研究，**食用微波餐点也会造成记忆受损、分心、情绪不稳及智力衰退。**俄国科学家在研究用微波炉烹调食物的营养价值时，发现其“重要的能量范围”显著地下降，超过 90%的微波食物都是如此。

此外，与降低压力、预防癌症及心脏病有关的维生素 B、维生素 C 和维生素 E，以及维持脑部及身体功能的必需微量元素，只需很短的时间就能被微波破坏殆尽。微波烹煮过的食物，其营养被削减得如同一张硬纸板。如果你不希望营养不良，最好让这个设备远离厨房。此外，所有的微波炉都不可避免会辐射外泄。因此，放射线会累积在厨房用具中，而使它们变成辐射源。

利用微波烹煮食物，会导致淋巴疾病，让身体无法对抗癌症。研究发现，吃微波餐点者，其血液中癌细胞形成的概率大增。俄国的研究还指出，微波会增加胃肠癌的发生率、更多的消化及排泄问题，以及较高比例的细胞肿瘤，包括肉瘤。

20 世纪 30 年代，德国人首度使用微波科技。在第 2 次世界大战之初，德国人发展了以微波为基础的雷达系统。在极度寒冷的冬天，士兵们集结在雷达屏幕周围借以取暖，但他们却在不知不觉中得了血癌，此后德国军队放弃使用雷达。但德国科学家获知微波会加热人体的组织之后，他们想到这些微波应该也能加热食物，所以他们发明了微波炉，目的在于希望能在对抗前苏联的战役中，提供热食餐点给德国士兵。然而，吃了用微波炉加热的食物的士兵，同样也得了血癌，就如同雷达的技术人员一样。

因为这个发现微波炉在整个德国被禁止使用。

现今的微波比起 80 年前，会显得更安全吗？当然不会，它们是同样的微波。微波会撕裂分子束，而那正是让食物有营养的物质。微波炉发射出高频的微波，通过让水分子以每秒 10 亿次的来回翻转移动，使食物里的水分及周围的物质沸腾。这个巨大的摩擦力让食物分子破裂，重新排列它们的化学构成，变成奇怪的新结构，使人体认不出它是食物还是垃圾。食物的分子结构被破坏，身体在不得已的情况下，

AREC）的法庭研究文献报导（Reporting for Forensic Research Document）中，柯普（William P. Kopp）说："微波食物的副产品对人体造成的影响，是长期且永久的。所有微波食物中的矿物质、维生素和营养，都被减少且改变了。因此人体从中得到的营养物质非常少，甚至没有，或者人体吸收了这些被改变的分子，却无法分解它们。"

微波炉把健康的食物变成致命毒素，看到这些在美国以及其他大量使用微波炉来煮食的国家空前的癌症流行，或许我们该遵照苏联和德国的范例，停止使用微波炉，或是个比较明智的做法。

9. 脱水

癌症通常发生在极度干燥的地方。很多人呈现脱水状态，却没意识到脱水是一种状态，脱水的人体细胞无法接收足够的水分来进行基础代谢。

细胞脱水的原因很多：

- 缺乏水分的摄取（每天少于6杯纯水）。
- 经常喝具有利尿效应的饮料，例如咖啡、含咖啡因的茶、碳酸饮料如汽水，以及酒精类饮料，包括啤酒和红酒。
- 经常食用刺激性食物或物质，例如肉、辣椒、巧克力、糖、烟草、迷幻药、人工甜味剂等。
- 压力。
- 大多数的药品。
- 过度运动。
- 过度饮食及体重过重。
- 每天花数小时看电视。

所有这些因素都会让血液变得浓稠，并迫使细胞放弃水分。细胞的水分是用来维持血液稀释度的，为了避免自我毁灭，细胞开始抓住

啡，身体就必须用 2～3 杯的水去清除咖啡因，这对身体而言太过奢侈且无法负担。这同样也适用于软性饮料、药厂制造的药物、其他可能带来压力激素释放的物质、连续观看几个小时电视等活动，所有的这些刺激通常都会对胆汁、血液和消化液造成脱水反应。要治疗癌症，就要避免那些会产生不良后果的刺激物。

要预防脱水，确定每天喝 6～8 杯水（经过过滤，但不要是冰的）。

10. 远离癌症须避免的 22 种物质

加氯消毒的水

加氯消毒的水含有最强的致癌化学物质。避免喝未经过滤的自来水、在加氯消毒的池子中游泳，或在没有安装氯过滤器的情形下淋浴（你从皮肤吸收的氯，比喝自来水吸收的还多）。

自来水中的氟

氟与氯一样是致癌物。氟，事实上会加大人体对铝的摄入，应使用可以过滤掉氟的过滤器。

电磁辐射

电磁辐射干扰了身体的电磁场，且阻碍了细胞之间的基本沟通。**把所有电子设备或器材从房间移走，包括电热毯和电子闹钟。**把一个稍大的离子石（Ionized Stone）放置在屋内保险箱的里面、上面或下面，就能抵销许多电磁波的有害作用。

无线设备

见第四章说明。

kins School of Public Health）的西伯格德教授（Dr. Ellen Silbergeld）批评家禽饲养业者使用砷的习惯："这个问题大家试着好像都没看见一样。"但接触无机物砷已被人们公认是糖尿病致病的主要成因。它也被认为是造成目前世界癌症死亡率显著增加的原因之一。

如果你有前列腺癌，或不希望得前列腺癌，应避免吃鸡肉。

苯、甲醛

苯会造成血癌。甲醛会造成鼻癌和鼻咽癌。甲醛普遍使用在复杂的化学产品中，例如聚合物和树脂。树脂被使用在胶合板和地毯的黏合剂中。甲醛也被用在清洁用纸上，例如面纸、餐巾纸以及卫生纸。大多数绝缘材料、铸造产品以及油漆，都含有甲醛的衍生物。

环境、食物毒物

根据 2004 年环境工作小组（Environmental Working Group，EWG）所做的研究显示，许多婴儿一出生就带有毒物，因为他们母亲的体内有毒。新生儿的血液样本中平均可发现 287 种毒物，包括汞、阻燃剂、杀虫剂和铁氟龙。

铁氟龙

这种存在于锅具中的化学物质也是一种致癌物。不要在有铁氟龙的锅具中烹煮食物。请用玻璃、铸铁、碳钢、钛制以及搪瓷锅具。

PVC 浴帘

它们会散发出一个强烈的气味，造成肝脏、神经、生殖和呼吸系统的损伤。这个气味来自致命的化学物质，包括甲苯、乙苯、酚、甲基异丁酮、二甲苯、乙酰苯和异丙酮，这些都被 EPA 列为危险的空气污染物。PVC 浴帘在美国各大超市及量贩店都可以买得到（注㊵）。"在窗帘的检测中，发现有 108 种挥发性的有机分子释放到空气中，有些甚至可以维持将近一个月。"《纽约太阳报》的一篇文章这

复合维生素

人造维生素（非甲基化、便宜的垃圾维生素），会剥夺身体的能量，事实上当你服用某些维生素药片时，反而会造成这些维生素在身体内的缺乏。而天然维生素存在于水果和蔬菜中，以它们独有的方式“贡献”能量给人体细胞。

复合维生素药片里，包含高达90%的填充料。这些药片的吸收率通常低于5%。服用过多维生素补充品，也会大大地妨碍消化系统、肝脏和肾脏功能的正常发挥。此外，要生产出包含各种维生素，以及保持身体中维生素均衡的维生素产品，几乎是不可能的。因为每个人对维生素的需求都具有独特性，且随时在改变，因此没有任何产品能永远符合这个需求。

让身体自行决定该从食物中吸收多少维生素，是摄取它们惟一真正安全的方法。

从摄取的食物中获得你需要的维生素，永远都是最好的。维生素具有天然的毒性、酸性和反应性，而水果和蔬菜含有天然的中和因子，可让这些食物中的维生素不会伤害身体。即使是高质量的甲基化维生素（使用维生素的辅酶）也被夺去了这些因子，令身体进入一个不均衡的状态，例如过敏，以及丧失既有的维生素（因此造成维生素的缺乏）（注㊷）。

烧烤的肉、禽肉或鱼肉

2008年4月，美国癌症研究协会敦促人们重新思考烤肉这项消遣。在分析了7000案例之后得出这样的结论：烤任何肉，不管是红肉还是白肉，是鱼肉或其他肉类，都会产生潜在的致癌化学物质。显然，烤肉时的高温，会与红肉、禽肉和鱼肉的蛋白质发生反应，产生出与癌症有关联的杂环状胺化合物（Heterocyclic Amines）。另一种形式的致癌物可能是，多环芳香烃化合物（Polycyclic Aromatic Hydrocarbons）可能是在肉汁滴下且碰到热源时产生的，并随着烟雾上升附着在肉上。

对夜间工作者（主要为护士和航空业人员）的研究，发现夜间工作者比日间工作者容易得到癌症。“已有足够的案例证明，通宵工作者患癌症的概率较高。”IARC 致癌因子分类小组的总监科利安诺（Vincent Cogliano）如此说。

同样的，夜间工作的女性几年后会有较高的患乳腺癌的风险，而男性则在前列腺癌方面具有同样的反应。

输血

如果你选择癌症手术，并接受输血，这很可能增加你患心脏病和死亡的风险。新的研究显示，输血会增加并发症的风险性，并降低存活率。几乎在捐血的同时，血液就丧失了它运送氧气到病人身体细胞的能力。因而血液被储存得愈久，心脏病发作、心脏衰竭和死亡的风险就愈高。

红细胞中的一氧化氮，对氧气运送到组织中非常重要。如果血液存放超过 2 周，它的一氧化氮浓度会降低到可能危及病人性命的程度。现行的做法是让输血的血液存放达 6 周。

上述的危险可通过增加血液中的一氧化氮来降低，但少有医院会这么做。

在《新英格兰医学期刊》（*New England Journal of Medicine*）的一个研究报告发现，输入存放时间较长血液的病人，院内死亡率较高；而输入较新血液的病人，死亡率明显降低。在另一个研究中，布里斯托大学（University of Bristol）的研究人员发现，被输以红细胞者，因为缺乏氧气输送到主要器官，因而产生心脏病或中风等并发症的概率高达 3 倍。而 2004 年杜克大学（Duke University）一个较早期的研究发现，因失血或贫血而接受输血的病人，与那些没有接受输血的人比较，在住院期间前 30 天内死亡的概率则是 2 倍，在 30 天内心脏病发作的概率也在 3 倍以上。

注意：有一种输血的选择，是风险较低的，例如自体输血（Autotransfusion）以及血液稀释法（Hemodilution）。

家讨论小组发现，女性在她们40～49岁间所做的乳房X光筛检的数据，无法明确地显示其降低乳腺癌死亡率的有效性，其数值为15%或“几乎是零”。

丹麦的北欧科克伦中心（Nordic Cochrane Centre）研究发现，接受乳房X光时间超过10年的2000位女性中，只有1位的生命有延长，另有10位必须忍受不必要的且有潜在伤害性的治疗。这个研究调查了美国、加拿大、苏格兰和瑞典等地，包括50万位妇女的七项乳腺癌筛检计划其所带来的利益及负面效应。

世界最顶尖的癌症专家之一、癌症预防联盟（Cancer Prevention Coalition）的艾普斯坦博士（Dr. Samuel Epstein）说：“乳房X光拍摄增加了围绝经期前妇女显著且渐进的乳腺癌风险，围绝经期前妇女的乳房对辐射线是非常敏感的，每1镭会增加大约1%的乳腺癌风险，如果累计10年的筛检，风险就会增加到10%。”

在乳房X光拍摄时施加在乳房上的强力挤压，会助长体内已有癌细胞的扩散。因此，医学院教师在教授学生在触摸女性乳房时永远要非常小心。

研究已证实一种称为AC的致癌基因，即使对非常微量的辐射也会极端敏感。在美国，有很大比例的女性有这种基因，而那会增加她们因乳房X光拍摄而诱发癌症的风险。估计每年约有10000位带有AC基因的人，因乳房X光拍摄而死于乳腺癌。

自从乳房X光拍摄被导入之后，一种称为乳腺管内原位癌（DCIS）的乳腺癌发生率已增加了328%。

每年有数千位女性在收到错误的乳房X光拍摄呈阳性结果之后，接受了不必要的乳房切除、放射或化学治疗。

1995年7月，《柳叶刀》有篇关于乳房X光拍摄的文章，它说：“利益是有限的，造成的伤害是无限的，而花费的成本更是无度的……”

科克伦图书馆（Cochrane Library）和PubMed（一个免费的搜索引擎，提供生物医学方面的论文搜寻及摘要）在2007年10月所刊登的文章显示，自我乳房检查对乳腺癌死亡率也没有任何利处。两个来

评语：我个人从不赞同用任何筛检方法诊断癌症，理由我在本书中都已阐述了。当你事实上并没有乳腺癌，却只是因为恐惧和猜测，而把全部身心放在疾病上时，通常就足以在身体内引发疾病。此外，医生和你的爱人可能会对你施加压力，要你接受“适当的治疗”，让你感到别无选择而必须照着去做。当身体不舒服时所感受到的禁锢和关心，是不会有益于治疗的。

如同本书要表达的中心思想，把焦点放在造成身体阻塞的根本原因上，比在乳房不正常改变以及淋巴遭到阻塞而产生的症状时去治疗，带来的利益大得多。

第六章　CHAPTER SIX

自我疗愈须知

要治疗癌症，你首先要坚信你的身体没有任何理由去做伤害你的事，因此，你不需要害怕癌症。

事实上，癌症的自然缓解即使在疾病的最后阶段，仍然可能发生。

至少 13 种恶性肿瘤是因为缺乏阳光而引起的，多数是生殖和消化系统方面的癌症。最显著的反比关系直接表现在乳腺癌、结肠癌和卵巢癌，其次是胆囊、子宫、食道、直肠和胃部的肿瘤。



1. 谁治好癌症

没有得癌症的和那些从癌症中完全治愈的人，可以为我们揭开治疗癌症的秘密。

安 43 岁时被诊断出得了无法治疗的淋巴瘤，医生说她的生命只剩下很短的时间了。医生强烈建议她接受放射治疗及化学治疗，那是两种最常用的抗癌治疗方法。安知道治疗不但会增加引发第二种癌症出现的风险，同时也会带来严重的副作用。她拒绝接受医生提议的治疗，争辩说既然她的癌症已经无法治愈了，为何还要治疗它？为何还要去承受因大量副作用而产生的折磨？

有这样一个无法治疗的疾病，意味着她不久将走向死亡，安接受了这个事实，并从容地去寻找另一个让病症“转变”更轻易的方法。与其被动地接受命运，不如把注意力放在美好的感觉上。于是她决定开始改善自己的健康状况。她试了各种治疗方法，从针灸、净化器官、草药、冥想，所有这些方法都向她身体的细胞发送出了“关心”的确切讯号。安的癌症在数个月之后就消失了。一年之内，所有癌症的明显征兆都不见了，这令她的肿瘤科医生非常惊讶。20 年之后，安的身体不仅没有出现任何癌症症状，而且焕发出前所未有的健康和活力。

琳达 38 岁时就被诊断出患有恶性黑色素瘤（最具侵略性的皮肤癌）。在经历多次手术失败之后，她被告知癌症已进展到了“晚期”，大约只剩一年的时间了。琳达同样拒绝了化学治疗和放射治疗，把自

在一个人的生命中创造更深层的意义和目的。它能把对生命的悲观看法转变成乐观看法，让面对癌症的人去接受它背后正面的原因，去接受所有其他发生在生命中的事情。

这种内在的转变，不再让人认为自己是个在肿瘤科医生和外科医生的悲悯下，毫无希望的受害者。治愈癌症或其他类似威胁生命的疾病，是一个人在生命中所能达到最伟大、最有意义的目标之一。

2. 可降低毒素、抑制癌症的植物

20 世纪 90 年代，我在欧洲行医期间，检查了许多癌症病人，发现他们不管得了哪种癌症，在他们的肝脏和胆囊中都累积了大量的胆结石。通过一系列的肝脏净化法，把他们体内所有的肝脏或胆囊石头全部清除。在每次肝脏冲洗后，净化结肠和肾脏，就能创造出几乎能让每种癌症进入自然缓解状态的先决条件，这种方法也适用于被认为是晚期的癌症上。

如果追求健康者继续维持健康的饮食及生活方式，这个治疗效果就会是永久的。**充分的证据显示，大量的蔬菜和水果具有治疗及防治癌症的效果。**由英国食物研究机构（Britain's Institute of Food Research）进行的研究表明，芸薹属蔬菜（Brassica Vegetable），例如甘蓝菜、羽衣甘蓝、球花甘蓝、球芽甘蓝含有抗癌成分，会促进或刺激癌细胞自杀。这些蔬菜对组织系统和血液具有强大的净化功能，经常食用它们会大大地降低所有的毒物含量，抑制身体对癌细胞的需要。

除了这些食物之外，非常多的草药和植物都拥有强大的净化和抗癌特性。超过 250 万种植物经过测试，其中大约有 3000 种被证实具有抗癌特性。它们达到的效果各有不同，有些会遏止癌细胞赖以为生的发酵程序（例如，利用乳酸来产生细胞能量）；有些对癌细胞有直接的毒性作用；有些会限制癌细胞分裂，同时让健康细胞正常地繁殖；还

- 甘草（粉）[licorice root（powder）]（注㊼）
- 马郁兰（marjoram）
- 奥勒冈（也可以用奥勒冈油）（oregano；oregano oil）
- 荷兰芹（parsley）
- 保哥果（paudcro）
- 红花苜蓿（red clover）
- 迷迭香（rosemary）
- 鼠尾草（sage）
- 北五味子（schizandra berry）
- 冬菇/椎茸或舞菇（shiitake or maitake mushroom）
- 姜黄（tumeric）

范例一：姜

·姜可以自然限制 COX-2——一种导致发炎和疼痛的酶。（《食物化学毒物学》，*Food Chem Toxicology* 40：1091～1097，2002）

·姜的活性成分姜辣素（gingerol）会限制癌细胞的扩散。（《癌症研究》，*Cancer Research* 61：850～853，2001）

·姜辣素阻碍了发炎，稀释血液，有类似阿司匹林的效果，但却不会有阿司匹林的不良反应。（《药学》，*Pharmazie* 60：83～96，2005）

·姜汁有缓解恶心效果，比化疗期间最常用的止吐处方用药——奥丹亚龙（ondansetron）效果更好。（*Clin Chim Acta* 358：60～97，2005）

·在动物实验中，姜可抑制结肠肿瘤的生长。

·姜根的萃取物（姜辣素）限制了消化道中幽门螺旋杆菌（helicobacter pylori）的成长，这种细菌与胃癌有关。（《抗癌研究》，*Anticancer Research* 23：3699～3702，2003）

范例二：北美升麻

一个刊登在《植物药》（*Phytomedicine*）期刊上的法国研究显示，北美升麻的萃取物能预防及终止癌细胞的成长。这项研究是由美国国

- 按摩
- 艺术治疗
- 音乐
- 舞蹈
- 瑜伽
- 身体的运动，最好在自然光线下
- 经常晒太阳，不要使用防晒产品
- 催眠
- 生物回馈

3. 阳光：自然的癌症疗法

根据刊登在著名的《癌症期刊》（*Cancer Journal*）上的研究成果表明（注㊽），未能有效地接触紫外线，可能是西欧和北美地区人们癌症形成的主要原因。这个研究中涉及了北美的癌症死亡率，与官方机构对于阳光的建议相悖离。研究还显示，新英格兰地区出现的生殖和消化系统的癌症死亡率大约是美国西南部的 2 倍，尽管这两个区域的饮食差异并不大。

一个对于 506 个地区所做的检测发现，癌症死亡率和紫外线（UVB）光线量有着密切的反比关系。科学家提出其形成的可能性，这是对阳光的保护性效应，当暴露在紫外光 B 射线下，维生素 D 就会由身体合成。根据此研究作者格兰特博士（Dr. William Grant）的说法，美国北部在冬季的月份因为光线很暗，使得人体维生素 D 的合成完全停止。

研究不只针对白种美国人，研究人员发现同样的地理趋势影响黑皮肤或暗皮肤的美国人，他们的整体癌症率显著较高。如同之前解释的，肤色较暗者需要更多阳光以合成维生素 D。

研究显示至少 13 种恶性肿瘤是因为缺乏阳光而引起，多数是生殖

分泌开始于晚上9：30～10：30（视年龄而定），包括睡眠。它在凌晨1点至2点达到巅峰，在正午时降到最低。松果体掌控生殖、睡眠和运动神经活动、血压、免疫系统、下垂体和甲状腺、细胞生长、身体温度，以及许多其他的重要功能。所有这些都有赖于一个平衡的褪黑素分泌周期。太晚睡（晚上10点之后）或在夜间工作，你会让它及很多其他的激素的周期失去平衡。

正在进行对护士的研究显示，轮班工作的护士得癌症的概率比不轮班的护士多了5%，但血液中褪黑素却相当低下，而高浓度的褪黑素与癌症的低风险相关。举例来说，盲人妇女的褪黑素自然都很高（褪黑素对黑暗有反应），比起非盲人妇女，其乳腺癌的发生率低36%。补充褪黑素营养品并没有防癌的效果，反而会增加风险，因为它限制了身体褪黑素的自然分泌。

如果你有癌症，或你不希望得癌症，下面这个忠告非常重要：每天晚上保持充分的睡眠（偶有例外），且在晚上10点之前就要入睡。

电灯给我们带来便利的同时，也让数以百万的人们为此失去了他们的健康。地球上人类和所有生物，都在调整自己以适应可预测的被称为昼夜节奏的生理周期。现代不正常的生活形态，导致人们忽视了身体必须与环境每日、每月、每年改变同步的重要需求。大脑中一个称为视叉上核（Supra Chiasmatic Nucleus，SCN）的部位，通过监测环境光线的明暗来调节生理时钟。因此，明暗对我们的激素系统以及身体内每个细胞的健康与活力产生了重大影响。

当户外变暗，眼睛不再接收到光线时，松果体就会开始产生褪黑素，但当你开灯或看电视时，褪黑素就会停止分泌。当褪黑素的睡眠被抑制时，数小时之内你将丝毫感觉不到睡意。事实上，晚间光线带来的刺激，会阻碍睡眠，造成你长时间的睡眠障碍。睡眠障碍是常见的问题，影响着4700万美国人。如同最新的研究指出的，这个问题十分严重，因为它大大增加了人们得癌症的风险。

褪黑素的功能之一，是减少夜间身体的雌激素的分泌，显著地降低褪黑素对抗或治疗相关癌症的能力。当你自己暴露在夜间的光线下

注意：超过90%的血清素是在消化系统中产生的，当正午太阳处于最高点时，它的浓度会到达高峰。缺乏日晒，或在正午睡觉，会导致严重的肠胃疾病，因而影响身体每个细胞的健康。

生长激素的分泌会刺激儿童的成长，帮助成人维持健康的肌肉和结缔组织，但这些都须倚赖于适当的睡眠周期。睡眠会启动生长激素的分泌。如果你在晚上10点前睡觉，生长激素则在11点会到达分泌的高峰。这个短暂的期间与无梦的睡眠状态（通常也称为“美容觉”）同时发生。在这段期间里，身体会净化自己，并进行主要的修补和再生工作。如果你被剥夺了睡眠，生长激素的分泌就会大幅度地下降。要治疗癌症，身体必须分泌充足的生长激素。在晚间适当的时间获得足够的睡眠，是预防和治疗癌症的最好方法之一。它不花费你分文，还能在其他许多方面对你有所帮助。

5. 维持规律的用餐时间，减少代谢疾病发生

身体由昼夜节奏控制，它使身体最重要功能与时间间隔保持一致。生活中许许多多的身体功能如果经常被打乱节奏，身体活动就会变得不平衡，就无法完成它的必要工作。所有的身体活动都自然地跟随并依赖昼夜节奏所支配的行程进行。

拥有规律的用餐时间，会让身体能轻易地为分泌适量的消化液消化食物而做准备。没有规律的饮食习惯则会扰乱身体节奏，使人体的消化能力进一步降低，因为它必须不断适应每一次不同的用餐时间。三顿跳过一餐不吃，或在不同的时间吃，或在餐与餐之间吃东西，尤其会干扰肝细胞的胆汁分泌，结果就会形成胆结石。

通过维持一个有规律的用餐习惯，身体600～1000亿个细胞就能够根据时间表来接收日常的营养比例，使身体的代谢顺畅且有效率。

年发病型糖尿病（2型糖尿病）。在一项针对50000名素食者所做的研究中，美国国家卫生局发现素食者存活的时间比较长，且心脏病的发病率非常低。素食者也比喜欢吃肉的美国人有明显较低的癌症发生率。

我们所吃的东西，对我们的健康有重大的影响。根据美国癌症协会的统计，在美国每年将近90万例新发生的案例中，有高达30%是可以通过遵循适当的饮食建议来预防的。研究人员罗素（Rollo Russell）在他的《癌症因果关系笔记》（*Notes on the Causation of Cancer*）中写道："我在25个大量吃肉的国家中，发现19个存在有较高的癌症发生率，只有一个比较低，而在35个吃肉较少或不吃肉的国家中，没有一个有高发生率的。"此外，《救命饮食》的作者坎贝尔父子（T. Colin Campbell，PhD & Thomas M. Campbell）总结了他们在营养科学领域中划时代的研究结果："吃动物性蛋白质最多者，有最高的患心脏病、癌症和糖尿病的概率。"他们建议全素食物，即以植物为主的饮食习惯。他们的研究指出："动物性的食物吃得愈少，对健康的好处就愈多——即使热量只降低了10%，甚至为零。所以，对动物性食物摄取的最理想比例是零，这个主张不是没有理由的，至少对那些已出现退行性疾病征兆的人来说，更是如此。"

如果现代人采取均衡的素食饮食，那么癌症是不是不会再出现呢？根据世界癌症研究基金会（World Cancer Research Fund）以及英国食品及营养政策的医疗观点委员会（Committee on the Medical Aspects of Food and Nutrition Policy）两个主要的研究报告表明，答案是肯定的。这两个报告都证明了富含植物的饮食和维持健康的体重，能预防全球数百万的癌症病例。两个报告都强调，增加植物纤维、水果和蔬菜的摄取量，以及将红肉和加工肉品的消耗量减少到每天80克以下是非常必要的。

吃均衡的蔬果饮食是预防癌症最有效的方法。如果你觉得无法只靠蔬菜生活，那么可以试着以鸡肉、兔肉或火鸡肉来代替红肉一段时间。随后，你会有足够的信心吃全素。所有形式的动物性蛋白质都会减少胆汁的溶解度，这正是形成胆结石和淋巴及血管壁阻塞的重要危险元素。它们是细胞突变因而致癌的主要原因。

因素。刊登在《临床肿瘤学期刊》（*Journal of Clinical Oncology*）的一项研究检测了运动对832位有第三期结肠癌的男性和女性的影响之后，确认了上述结论。

8. 恢复你的“气”：生命的力量

“是生命的力量在治疗疾病，因为一个死人不需要医药。”——同类疗法创始者，哈尼曼（Samuel Hahnemann）

当生命的力量——也就是气被一一耗尽时，即使最好的药也无法恢复病人的健康，更无法让死者起死回生。这个生命的力量，就是身体内惟一能治疗疾病的力量。

“Ener-chi Art”是种独特的治疗艺术，是由我创作的，通过充满能量的油画，以帮助身体恢复气或维持能量的平衡流动，再把它们传送到全身的各个器官及系统中。在身体净化和疗愈的背景下施行，我认为这是一种独特的，非常重要且十分有效的方法，能令所有的治疗方式产生更成功的结果。

当身体的细胞体验到气的平衡流动，它们就能更多地排除有毒废弃物，吸收更多它们需要的氧气、水分和营养、去做必要的修补工作以及增加它们整体的表现和活力。我认为结合了肝、结肠、肾脏净化的治疗手段，是帮助身体功能恢复平衡最有效的方法之一，因为身体长年累月的被阻塞和恶化，会妨碍恢复它的气。10年以来我对这个方法进行了仔细的研究，花了近2年的时间去实施，结果显示，“Ener-chi Art”非常能够实现气的平衡流动。它的有效反应，截至目前为止100%的体现在每个接触过这种艺术治疗的人身上。由于它们独特的治疗效果，所有的“Ener-chi Art”绘画作品曾在明尼苏达州知名的亚培西北医院（Abbot Northwest Hospital）展出了一个月，让每个病人都能欣赏。我的三件亲笔画作：免疫系统、淋巴系统和血液循

关于平衡我们与水、空气、石头、山、动物王国、植物王国，以及自然精神等元素之间的作品。这些画作都可以在我的网站上找到并打印。

9. Sacred Santmony：情绪治疗系统

“Sacred Santmony”是一个特别的治疗系统，利用特定文字的声音来平衡深层的情绪和精神失衡。在“Sacred Santmony”中，这些力量的强大，是靠“全脑利用”（同时包含大脑左右两个半球）而产生的。古老语言的文字包含基础声音频率，其震动频率比我们现代语言还高得多。当结合起来成为字时，会产生宁静与和谐的感觉（Santemony），能平息无论是内在还是外部的不安、暴力和骚动。

2001 年 4 月，我很自然地开始用美国土著语、藏语、梵语以及其他古老语言来吟诵声音。刚开始利用这套治疗系统的两周里，我就能通过产生的声音，快速地消除一些人在食物、化学物质、思考模式、以及信念上的情绪障碍、情绪抗拒和情绪反感。

以下是一些透过“Sacred Santmony”来改善情况的案例：

- 降低或消除包括对过去和未来、死亡和疾病、有害化学物质、父母和其他人员、贫困和不足以及环境威胁等带来的恐惧等。

- 清除或降低来自近期因生命中曾受到的情绪创伤或负面经验所带来的伤害、失望和愤怒而导致的痛苦。

- 清除“生命之书”（Akashic records，也称阿克夏记录；指灵魂从所有生命流中收集而来的所有经验的纪录）中反复出现的恐惧因素，包括我们被从心灵、上天或我们的高我分离的想法及概念。

- 建立让个人解决自己事情（karmic issues）的先决条件，不是通过痛苦和折磨，而是通过创造力和欢乐。

- 改善或清除因食物、麸质、化学物质、杀虫剂、除草剂、空气污染物、辐射、药物毒性、药物副产品等引起的过敏和不耐症。

使用番荔枝，病人不会产生恶心脱发、明显地体重减轻或虚弱等现象。番荔枝不会降低人体的抵抗免疫系统，事实上，还能增强人体的抵抗功能。

这家药厂花了7年的时间，想用番荔枝的抗癌化学物质来研发专利合成的处方用药（为自然成分申请专利不符合法令规定），但是所有的尝试都已失败告终，这个方案同时也宣告终止。他们未将这些发现公诸于世，反而将它们束之高阁，永远藏匿起来。但这件事情很快地流传出去。番荔枝的抗癌效应现在已经得到健康专家及研究人员的一致认同。

许多晚期的癌症病例通过使用番荔枝而得到逆转，即使病人已经85岁或更老。当癌肿瘤被破坏，身体到处充满毒性，令病人感到非常虚弱时。为了让治疗的危险降到最低，通过使用灌肠、灌肠板（Colema）或可乐散（Colosan）等方法来净化结肠是非常重要的。肾脏功能必须靠喝肾脏净化茶来支持。如果可能，肝脏也应该得到净化。

注意：番荔枝具有抑制心跳、扩张血管及降低血压的作用，剂量须缓慢增加，过量会造成恶心及呕吐。应在了解番荔枝的价值和作用以及它与其他药物之间可能的交互作用的健康专业人员监督之下，使用此疗法。

11. 神奇的矿物补充品

所有的癌症都有3个共性：①免疫系统虚弱不堪；②全身充满毒性和废物；③癌细胞内部及其周围，有大量的病原体（感染因子）出现，其中可能包括寄生虫、病毒、细菌、霉菌和真菌。一种矿物质——氯化钠（Sodium Chloride）对这些造成疾病的因素有着最平衡最快速的效应。除了先前提到的条件之外，要治疗癌症及其他大多数无论是严重或轻微的疾病其需求包括：

汉伯说："马拉威政府所做的测试显示，有99%的疟疾被治愈。在乌干达用MMS治疗的艾滋病病人中，超过60%的病人在3天内痊愈，98%的病人在一个月内痊愈。超过90%的疟疾病人在4～8小时内痊愈。数十种其他的疾病，也因为这个新的矿质添加物而被成功治愈或使症状得到了改善。"

发明者深信这个信息太重要了，他不想让任何一个人或团体去控制它。想了解这项发现的完整细节，可以上网下载免费的电子书。请帮忙和支持这项有利的工作，它在全球都是免费的。

很多医学在突破和创新时都受到过打压，但这项发现不应在其之中之列。这本电子书的书名是《突破：21世纪的神奇矿质添加物》。你可以免费下载，如果你没有计算机，可以请你的朋友帮你下载并打印出来。网址是：www.miraclemineral.org。

这本书告诉你MMS发现的一些细节，以及如何制造并使用它的过程。我建议每个人都应阅读一下这本书。作者让MMS成为全世界唾手可得的东西，其间并无个人的私利，他只是想利用MMS来发现并终止疾病和贫穷。

12. 欧吉布瓦药草茶（8种药草的护士茶）可治百病？

欧吉布瓦（Ojibwa）的印第安药草茶，是在18世纪由欧吉布瓦印第安人所创造的，是具有280年历史的美国印第安植物药草茶。欧吉布瓦人利用它来治疗早期欧洲移民者带来的几乎导致种族灭绝的天花病症。

美国土著人用这个药来治疗所有的癌症、1型和2型糖尿病、肝脏感染及其他的肝和胆囊疾病、肿瘤、关节炎、痛风、气喘、呼吸问题、肥胖、高血压、高胆固醇、纤维肌痛症及慢性疲劳症候群、胃溃疡、肠躁症、肾脏及膀胱疾病、静脉窦阻塞、流感、支气管炎、麻疹、腮

黄酮曾被拿来研究在治疗某些癌症上的功效，一般认为异黄酮可以预防癌细胞扩散，甚至可以消灭它们。

酢酱草（Sheep Sorrel）

含有丰富的草酸、钠、钾、铁、镁、磷、β胡萝卜素和维生素C，是一种温和的利尿药、防腐剂及泻药。

滑榆皮（Slippery Elm Bark）

被用来当成割伤及擦伤时的外敷药，对于治疗因痛风或其他原因造成的关节疼痛也有疗效。除了被拿来当成护士茶的成分之外，这种药草通常被用来缓和喉咙痛。滑榆皮常被制成锭剂，用来减轻喉咙痛。因为喉咙痛和感冒通常是相关联的，所以滑榆皮也被用来当成治疗感冒的药草之一。此外，它调节了消化系统的排泄阶段，可以同时缓解便秘和腹泻。

土耳其大黄根（Turkish Rhubarb Root）

具有解毒效果，是世界知名的药草。大黄根能通过刺激胆管，清除胆汁、寄生虫以及肠内的腐败食物，以排出有毒废弃物。它能通过净化肝脏来缓解慢性肝病，改善消化功能并帮助调整食欲，也有助于治疗溃疡，缓解脾脏和结肠的疾病，解决便秘，以及治疗痔疮与上消化道的出血。

西洋水芹（Watercress，**又称水田芥、水瓮菜**）

含有丰富的维生素C，常被当成一般的补药。它的苦味被认为可以调整食欲并改善消化功能，也被用来缓和神经性疾病、便秘及肝病。西洋水芹是很受欢迎的咳嗽及支气管草药。它还含有一种称为大黄素（rhein）的物质，可以抑制肠道内病原菌的生长。大黄素也具有对抗白色念珠菌（霉菌感染）的功效。

警告：有些食物和草药例如滑榆皮，含有水溶性纤维，所以欧吉

牙齿、关节、眼睛及肿瘤。它也能有助于消除其他的酸中毒。重碳酸盐疗法是无害的，且因为它具有极佳的可扩散性，它能快速地发挥效能。

用重碳酸盐来治疗癌症的最大的拥护者，是意大利罗马的一位杰出肿瘤科医生塞蒙奇尼博士（Dr. Tullio Simoncini)。他的基础概念是直接对肿瘤施行重碳酸盐。他相信癌症是一种真菌，可以通过直接与重碳酸盐接触来消灭。

塞蒙奇尼博士认为真菌几乎在所有癌症上都扮演了一个重要角色，这种想法当然是对的。真菌的种类超过 150 万种，其中有一种白色念珠菌生长在肠道，帮助未消化的糖或淀粉发酵。这种肠道霉菌会扩散到身体其他部位，在需要分解有机废弃物的地方建立起菌落。

某些真菌，尤其是“白腐真菌”，会使杀虫剂、除草剂、五氯苯酚(Pentachlorophenol)、杂酚油（Creosote)、煤焦油（Coal Tar）以及金属燃料降解，并将它们转变成二氧化碳、水和基础元素。真菌在地球上无处不在，在生态系统中扮演了很重要的角色，包括身体的内部生态系统。除了细菌之外，真菌是多数陆地及部分水生生态系统的主要分解者，它们在营养循环特别是腐生和共生上扮演着不可或缺的角色，它们将有机物质降解成非有机分子。当身体沉积了有机废物、重金属和化学物质（注52)，真菌就变成必要的东西。当细胞腐朽、死亡且尚未通过身体的淋巴系统排除出去时，它们也会出现。阻塞的淋巴管几乎总是造成真菌在器官的细胞及组织中快速繁殖。这些在器官组织中成长的真菌，总是以白色团块的样子出现。这也就是为何肿瘤总是白色的（虽然在扫描影像上，它们是以黑色团块或阴影的形态出现)。

在进行工作时，真菌会产生具有生物性活动的分子。这些分子中很多是有毒的，因此被称为霉菌毒素，表示它们原来是真菌且具有毒性。最恶名昭著的是黄曲霉素，它们是隐藏性的肝毒，以及高度致癌的代谢物。真菌霉性会损伤细胞，并造成它们突变成癌细胞。也就是说，真菌助长了内部及外部受污染的组织，并以有害的毒物和化学物

15. 其他有效的癌症疗法

数百万计的人使用数十种自然癌症疗法而恢复了健康，他们并没有使用侵犯性的医疗介入。虽然本书的目的是要揭开癌症的真正原因，并教你如何处理它们，但我也希望让各位知道这些癌症的自然疗法以及其极佳的潜在利益。我已经讲了其中一些疗法，但各位也不能忽略其他疗法的价值。**这些疗法包括：**

- 阿育吠陀的排毒疗法（Pancha Karma）以及草药
- 瑜伽
- 硫酸肼、硫酸联氨（Hydrazine Sulfate）
- 尿疗法（Antineoplaston Therapy）
- 生物电流疗法（Bioelectricity Therapy）
- 生物共振疗法（Bioresonance Therapy）
- 洛耶莱福频率疗法（Royal Rife Machine Therapy）
- 葛森治癌法（The Gerson Therapy）
- 胡克斯疗法（Hoxsey Therapy）
- 使用槲寄生（Iscador，Mistletoe）、保哥果（Paudacro）、小槲树（Chaparral）、芦荟（Aloe Vera）及番荔枝（Graviola）的疗法
- 同类疗法（Homeopathy）
- 柯雷癌症疫苗（Coley Vaccine）
- 嘉士顿·纳森的樟脑疗法（Camphor Therapy Of Gaston Naessens）
- 提高免疫疗法（Burton's Immuno-augmentative Therapy）
- 李文斯敦疗法（Livingston Therapy）
- 艾塞尔医生的整体疗法（Issels' Whole Body Therapy）
- 尼伯医生的新陈代谢疗法（Metabolic Therapy By Hans Nieper，

害，导致后续的治疗非常难起效果。他们的免疫系统受到严重损害，肝功能也已经受损，消化系统过于虚弱以至于无法消化食物。除非一个有效的另类疗法能恢复这些重要器官及功能，否则要得到完全的痊愈，其机会确实是渺茫的。利用自然方法治疗的概率事实上可达90%，只要身体主要的自愈系统没有被先前的治疗严重伤害或破坏。

这些治疗造成的破坏愈少，复原的可能性就愈大。

当我告诉你上述另类的自然疗法时，我也建议你还应该去了解一下癌症及一般疾病的真正成因及形成过程。

当身体出现某些状况，癌肿成为事实时，人很容易变得不知所措，因而开始焦躁地把注意力都放在寻求“治疗”上，而不是去寻找最终的、不太明显的癌症成因上。癌肿是身体去治疗真正问题的行为。任何对抗癌症的方法，包括上述相关的自然疗法，就类似用发起一场战争的方式来取得和平一样。但我们都知道这个策略很少成功。如果你选择这些方法中的一个或多个，就须确认你不是用它们来试图杀死某个东西，尤其是肿瘤。这些方法不管会不会有效地支持身体痊愈，你绝不可以忘记，最后的治疗是在身体里并由自身完成的，并由你自己的想法来决定的。

你做出决定前的背后意图，比你选择治疗工具更具有力量。如果是恐惧驱使你做出了决定，你最好不要有任何行动，直到你能面对恐惧、拥抱恐惧，并将恐惧转换成信任和信心为止。恐惧会让你瘫痪，它能妨碍身体的自愈能力。众所皆知的，身体在压力下是无法痊愈的。压力激素抑制了消化功能、排泄功能、免疫系统，以及重要器官的血液循环。认为癌症会威胁你生命的想法会令你产生心理压力。认识到癌症是身体的一种治疗行为，或是未被解决冲突的手段和方法，会更有意义，这样它就不会让你产生压力和反应了。当你不再认为胸部的肿块，结肠和脑部中的肿瘤是个问题，而是一个解决你生命中埋藏已久甚至连你都不知道的、更深层问题的必要部分时，癌症能让这些问题得到认识，能让你与它和平共处，并接受它甚至拥抱它。胸部的肿块或脑中的肿瘤，只是一种抗拒的表现，抗拒你自己，抗拒其他人，

而我们所知的宇宙也会在很久之前就消失了。其实每一件事物都有其意义，不管它看起来是多么不具意义。一个苹果之所以能生长（自然定律的建构力量），是因为之前的花凋零了（自然定律的毁灭力量）。能够找出癌症发生的目的和意义的人，也将会寻得治疗的方法，这是本书的承诺。它回溯癌症的源头——在原因和影响之前的各种层面情况。

癌症最根本的原因是害怕——害怕不够好、害怕失去、害怕受伤害、害怕伤害别人、害怕去爱、害怕爱得不够、害怕沮丧、害怕成功、害怕死亡、害怕食物、害怕失望，以及害怕生命与存在。这里的每一种害怕都是“害怕未知”的产物。

对未知的恐惧，不是一个你决定要摆脱它，就能做到的有形物体。大多的情形是，你操纵着你害怕的事。负面的期望是自我实现的预言，当这些预言或期望实现时，会让你觉得反正它们已经发生，你好像别无选择。但你永远有选择权。你从来不是任何事或任何人的受害者，即使它感觉起来是如此，这是重点。只有在你觉得自己是个受害者时，你才会变成受害者。虽然我们常常透过潜意识而创造出所害怕的事物，但我们仍可以轻易地改变所呈现出来的东西，并创造出我们所爱的事物。

要治疗癌症，你首先必须了解到，你的身体没有能力做任何伤害你的事。因此，你不需要害怕它。通过你自己的双眼，你将能看到所有生命中的负面情况，例如癌肿，都有其积极的意义。这个内在的观点转变，能立即驱散对未知的恐惧。一旦接受伤害或疾病是有利于你的，例如可以增强你之前觉得生命中虚弱、无能或紧张的部分，你将开始与它产生沟通。与“问题”的连结，接下来会让你的能量和情绪释放，以减少自然痊愈的阻碍。

如同先前所提的，当我们缺乏生命的力量时，就不可能痊愈。当你忽略自我感受，没有重视身体的困境和疾病时，是无法取得生命的力量的。之所以如此，是因为你认为或想象它将反过来对抗你，或甚至杀了你。只要你害怕你的身体，那么你要么试着保护你自己要么起

你可以为之前从未想过的“自我疗愈”做很多事。向你的身体展现你并不怕它。把你的双手放在你不舒服的器官或腺体上，感谢癌细胞为你做了了不起的事。感谢所有生长有序的细胞让你存活，尽管毒物和阻塞妨碍了它们的工作。用你内在的生命力去鼓舞、感谢并接受它们，让它们回到你的眼前和意识之中。身体细胞中的DNA可以听到你说话，就像你可以听到别人跟你说话一样，这是俄国的DNA研究成果证实的。身体主要靠震动来运作。表达对身体细胞的感恩之情，且为了生命呈现的挑战和祝福，会有最有力的身体震动一样的作用。“谢谢你”的能量，事实上可将你和被你忽略的部分重新连结。这让感恩成为治疗癌症的重要秘诀及先决条件。

以一个全新的、充满爱和热情的态度，来对待你身体里的癌细胞，记住，它们仍是你身体内的细胞，你就可以真正开始去解决在生理及非生理上引起癌症的原因了。你自己的行动就可以证明，癌症根本不是病。

最后，祝你拥有圆满的健康、富足和快乐！

——安德烈·莫瑞兹

niversity of Victoria)、英属哥伦比亚大学，皇家纪念医院及生物学系(Royal Jubilee Hospital and Department of Biology)特殊发展中心(Special Development Laboratory)。

注❽：《癌症研究》61，8723～8729，Dec. 15，2001。

注❾：这称为“转移”。但没有证据显示转移真的发生。这比较像一个“新的”癌症在身体其他部位发展出来，因和第一个发展出的癌症是同样的原因。

注❿：*J Natl Cancer Inst*. 1981；66：1191～1308。

注⓫：刊登在 *PLoS Med*. 2007，December；4（12）：e345，以及 *Online* 2007 Dec. 11. doi：10. 1371/journal. pmed. 0040345。

注⓬：来自哺乳动物牛、羊、猪和小牛的肉，以及透过盐腌、烟熏或晒干等方式保存的肉。

注⓭：肺癌和结肠直肠癌分别是癌症死因的第一名和第二名。

注⓮：*American Journal of Epidemiology* 2007 Jul 15；166（2）170－80. Epub 2007 May 7 and *Archives of International Medicine* 2007 Dec 10；167（22）：2461～2468。

注⓯：一种非常薄的薄膜，用来支持细胞组成血管壁，并让它们维持在适当的地方。

注⓰：纤维蛋白被包含在血块里。它是种纤维状的蛋白质，聚合起来形成一个“网眼”，在受伤的部位形成一个止血的塞子或血块。最新的研究显示，纤维蛋白在炎性反应和类风湿关节炎的发展上扮演了一个重要的角色。

注⓱：使用现代化的移动电话超过 2000 小时的人，有最高的风险。令人惊讶地，风险最高者是 20 岁以下的人。

注⓲：*American Jurnal of Public Health*，Vol. 82，No. 4，April 1992，pp. 614～615。

注⓳：Ainsleigh，H. Gordon. Beneficial effects of sun exposure on cancer mortality. *Preventive Medicine*，Vol. 22，February 1993，pp. 132～140。

注㉙：这个论坛称为“请教安德烈·莫瑞兹”，可在健康网站Curezone.com上找到。它提供了安德烈对数以千计的问题作出的回答（搜寻记录）。

注㉚：我们从“犯错”和“行恶”当中，学到的负面概念和相关经验的信念，有可能对我们的生命有利益。

注㉛：每个人都拥有一个“真我”（Higher Self），以导引个人实体存在的所有最微小的细节。

注㉜：一次在印度，我患了疟疾，我的灵魂或潜意识从我的身体脱离/分开，且上升，当时我完全了解发生了什么事。我对死亡并不感到恐惧，也不觉得有任何损失。我就在一个令人无法置信的清醒感中，像是我可以知道任何我想知道的事。一位医生确认我的心跳已停止。在新西兰，我昏厥过去而有了另一个类似的经验。在我回到我的身体并感到身体又再度活过来之前，我的心跳停止了5分钟。

注㉝：108期第1册，第130～135页。

注㉞：Conscious Rasta Report vol. 3，no. 9：*Epidemic*。

注㉟：多型核白细胞（PMNs）是人体对抗致病细菌和病毒的防御力。

注㊱：*European Journal of Cancer*，1991；27（2）：131～135。

注㊲：在美国，80%的大豆来自基因工程改造的大豆植物。

注㊳：*Dementia and Geriatric Cognitive Disorders*，June 27，2008；26（1）：50～57。

注㊴：请见作者另一著作 *The Amazing Liver and Gallbladder Flush*，中文书名暂译为《神奇的肝脏及胆囊冲洗法》的指示。

注㊵：例如：Kmart，Bed，Bath and Beyond，WalMart，Sears，Target等等。

注㊶：一个瑞士的研究显示，摄取镁最多的妇女，得癌症的几率比摄取最少者，低了40%。而明尼苏达大学公共卫生学院（School of Public Health at the University of Minnesota）的研究人员发现，富含镁的饮食降低了肠癌的发生率。

sity—Hadassah Medical School）所做的研究，发现在同一名乳腺癌女性的罹癌乳房中，DDT 和 PCB 等有毒物质的浓度，明显高于正常乳房及邻近的脂肪组织。

注㊸：虽然红花苜蓿的抗癌效应尚未得到证实，但它们仍被认为是传统的癌症草药。患有乳腺癌的女性能用红花苜蓿茶来代替水，促使癌症停止生长。把一杯苜蓿草药放入一加仑的开水中；浸泡 20 分钟使成分渗出，过滤后并冰镇。常温服用每天喝 6～8 杯（每杯约 8 盎司）。

注㊹：这是所有主流医学治疗癌症的 5 年平均存活率。它可能会更高或更低，视癌症的种类而定。它不包括数以百万不会致命的皮肤癌，但主流医学把它们包含在他们的统计数字中，以大幅提高他们的成功率。